

## Der Mensch im Mittelpunkt

Diakonie in Südwestfalen präsentiert sich auf  
Messe hunderten Gästen von ihrer besten Seite.

Seite 57



### Gütesiegel belohnt Einsatz

Die Diakonie in Südwestfalen wurde für ihr vorbildliches „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ ausgezeichnet. → 9



### Rasch raus mit der Zecke

Zu nichts gut und obendrein gefährlich: Hautärztin gibt Tipps, was Betroffene bei einem Zeckenstich tun sollten. → 14



### Da, wo es piept und surrt

Im Zentrallabor des Diakonie Klinikums Jung-Stilling werden täglich mehr als 1000 Proberöhrchen untersucht. → 29

■ **Titelthema**

**Der Mensch im Mittelpunkt** 57

Informativ, lecker, sauber: Hunderte besuchen Messestand der Diakonie in Südwestfalen in der Siegerlandhalle.

■ **Aktuelles**

**Gütesiegel** 9

Health Award: Die Diakonie in Südwestfalen erhält renommierte Auszeichnung für ein vorbildliches „Betriebliches Gesundheitsmanagement“.

**Gesundheitspolitik** 13

Parlamentarischer Staatssekretär Dr. Thomas Gebhart nimmt nach Besuch im Diakonie Klinikum viele Anregungen mit ins Bundesgesundheitsministerium

**Quartiersprojekt** 61

„Dias.komm“ setzt auf dem Fischbacherberg in Siegen mit digitaler Hilfe erneut auf umfangreiche Angebote von Beratung und Begegnung.

■ **Ausbildung**

**Pflegebildungszentrum** 18

Auch beim 2. „Tag der Ausbildung“ stellt sich das PBZ seinen Gästen in der Schule bestens vor.



Staatssekretär  
im Diakonie Klinikum

■ **Baumaßnahmen**

**Soziale Dienste** 42

Wenn alles nach Plan läuft, könnte der Ersatzneubau für das August-Hermann-Francke-Haus in Bad Laasphe bereits Ende 2020 fertiggestellt sein.

**Kindertagesstätte** 54

Der Anbau der Kita Kinder(tr)äume an der Siegener Hengsbachstraße ist voll im Gange. Im Herbst verfügt die Einrichtung über 95 Plätze.

■ **Ernährung**

**Unverträglichkeiten** 16

Laktose, Fruktose, Gluten: Nicht jeder Darm verträgt alles. Ein Facharzt aus dem MVZ Jung-Stilling klärt auf.

■ **Gesundheit**

**Zeckenstiche** 14

Zecken sind zu nichts gut und können obendrein gefährlich sein. Eine Hautärztin rät: Schnell raus damit.

■ **Glückwunsch**

**Dienstjubiläum** 66

Dank und Anerkennung für die Jubilare des 2. Halbjahrs 2019.

■ **Freizeit**

**Hobby** 34

Medizinische Schreibkraft Iris Schnurr taucht am Feierabend leidenschaftlich in die Welt der Farben ein.

**Höhentraining** 36

Wer hoch hinaus will, sollte darauf gut vorbereitet sein. Ein Bergmediziner verrät, was Reisende über die Höhenkrankheit wissen sollten.

■ **Medizin**

**Radiologie** 23

100 276 Untersuchungen in einem Jahr: Die Radiologie steht für die Diagnostik einer ganzen Region.

**Zentrallabor** 29

Blut, Urin, Gelenkpunkttate: Unten im Keller des Diakonie Klinikums Jung-Stilling werden täglich mehr als 1000 Proberöhrchen analysiert.

**Schlafmedizin** 38

An die Zeitumstellung gewöhnt sich der Körper relativ rasch. Bei größeren Problemen mit gesundem Schlaf helfen die Experten im Freudenberger Schlaflabor.



■ **Pflege**

**Ökumenische Sozialstation** 44

Hilfe aus einer Hand: Rund 200 Mitarbeitende sind im Raum Kirchen und Betzdorf im Einsatz für ihre Klienten.

**Altenhilfe** 64

Haus Höhwäldchen in Wilnsdorf und Haus Obere Hengsbach in Siegen haben neue Einrichtungsleiter.

■ **Qualität**

**Geburtshilfe** 20

Höchstes Niveau: Die Deutsche Gesellschaft für Ultraschall in der Medizin verleiht der Geburtshilfe und Pränatalmedizin im „Stilling“ ein Zertifikat.

**Ein Tag mit** 40

Elena Gadelmaier, seit vielen Jahren Objektleiterin der SI-Cleanservice GmbH, steuert eine engagierte Mannschaft von Reinigungskräften.

■ **Soziales**

**Schuldnerberatung** 6

Jubiläum: Seit 30 Jahren hilft ein Team der Sozialen Dienste verzweifelten Menschen aus der finanziellen Misere.

**Integration** 8

Ins Café Mayla bringen Frauen ihre Geschichte(n) ein.

**Selbsthilfekontaktstelle** 48

Wo Menschen aus der Region zu vielen Problemfeldern Gleichgesinnte finden.

■ **Unterhaltung**

**Hammermäßig** 33



Genau so geht es in unserem Zentrallabor nicht zu.

**Was macht eigentlich...?** 43

Rainer Konieczny (78) arbeitete 40 Jahre in der Personalabteilung und geht auch heute noch gern auf Reisen.

**Mach' mal Pause** 50

Rätsel, Sudoku und Mitarbeiterwitze (Auflösung Seite 60)

— EDITORIAL —



**Tage des Abschieds**

Stefan Nitz  
Pressesprecher

September 2006 in Wetzlar: Arthur Abraham boxt vor fünf Millionen TV-Zuschauern um die Weltmeisterschaft im Mittelgewicht. Er wird früh hart getroffen, der Kiefer bricht, in Runde vier gleich noch einmal. Die Wange schwillt gewaltig an. Immer wieder tropft, nein, schießt Blut aus dem Mund. Abraham ist arg gezeichnet, hat Schmerzen, ringt nach Luft. Was dann

passiert, geht als „Schlacht von Wetzlar“ in die Sportgeschichte ein. „König Arthur“ kämpft weiter, hält durch und verteidigt acht Runden später seinen Titel einstimmig nach Punkten.

Augenzeuge am Boxring ist ein Zuschauer, der sich mit gebrochenen Kiefern bestens auskennt: Professor Dr. Dr. Berthold Hell. Noch in der Nacht operiert der Chefarzt der Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie den Deutschen mit armenischen Wurzeln im Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen, setzt ihm zwei Titanplatten ein. Abraham schenkt Hell den Lorbeerkranz von der Siegerehrung. Aus der zufälligen Begegnung wird eine Freundschaft. In seinem Berufsleben meistert Professor

Hell zwar selten publikumswirksame, aber vielfach deutlich schwierigere Operationen als jene bei Arthur Abraham. Er macht durch neuartige OP-Methoden national wie international auf sich aufmerksam. Er pflegt eine enge Zusammenarbeit nach Japan. Und im Alltag wissen sich mehr als 16 Jahre lang Tausende von Menschen in der Region bei dem Saarländer, den es einst über Berlin nach Siegen zog, stets allerbestens aufgehoben. Jetzt geht Berthold Hell in den Ruhestand.

Damit ist der passionierte Skatspieler und BVB-Anhänger aber in diesen Tagen nicht allein. Denn es gibt eine Reihe weiterer verdienter Persönlichkeiten, denen wir in diesem Diskurs

für eine oft über Jahrzehnte währende Zusammenarbeit danken wollen. Sie haben zwar keinem Box-Weltmeister den Schädel geflickt. Aber auch sie wüssten sicherlich so manch eine Anekdote zu erzählen. So zieht sich zum Beispiel Pflegedienstleiterin Jutta Aulmann aus dem Berufsleben zurück – nach 48 Jahren. Magdalena Korstian aus der Personalabteilung ist seit 1983 in dem Unternehmen tätig und sagt ebenfalls Adieu. Einrichtungsleiter Willi Quast übergibt

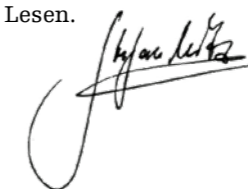
die Seniorenheime Haus Obere Hengsbach in Siegen und Haus Höhwäldchen in Wilnsdorf in andere Hände. Nach 30 Jahren reicht Karl-Heinz Striegl das Zepter der Ökumenischen Sozialstation Betzdorf-Kirchen weiter. Und aus Hagen-Elsev scheiden mit Ruth Kreckel und Pfarrer Achim Dreessen zwei angesehene Mitglieder der Gesellschafterversammlung aus. Ihnen allen, aber auch jenen, die hier unerwähnt bleiben, gilt für das Engagement und die Leistung im Verbund der Diakonie in Südwestfalen Dank und Anerkennung.

**Lob & Tadel**

Für Lob und Tadel, Ideen und Anregungen erreichen Sie den DiSKurs unter: diskurs@diakonie-sw.de

Viel Spaß beim Lesen.

Stefan Nitz



**Impressum**

DiSKurs 1/2019 ist das Unternehmensmagazin der Diakonie in Südwestfalen gGmbH und ihrer Tochtergesellschaften.

**Herausgeber:**

Diakonie in Südwestfalen gGmbH  
Wichernstraße 40 | 57074 Siegen  
Geschäftsführung: Dr. Josef Rosenbauer,  
Pfarrer Jörn Contag

**Redaktion/Grafik:** V.i.S.d.P: Stefan Nitz (niz), Anne Bach (aba), Nina Becker (nb), Kristina Hammer (kh), Stefanie Goß (sg), Tim Oerter (tim), Blazenska Sokolova (sok)

Fotos: © Diakonie in Südwestfalen (99); Fotolia/Adobe Stock (6); Pixabay (2)  
Auflage: 2 000 Exemplare  
Druck: Vorländer GmbH & Co. KG, Siegen



## Sportlicher Einsatz: Fliedner-Heim profitiert vom Freizeit-Cup



Der Reinerlös des 30. Krombacher Freizeit-Cups, stolze 5800 Euro, ging an die Seniorenpflegeeinrichtung Fliedner-Heim.

Gute Nachrichten in der Seniorenpflegeeinrichtung Fliedner-Heim in Weidenau: Bei der 30. Auflage des Krombacher Freizeit-Cups ging der Erlös aus Tombola und Lebensmittelverkäufen an die Einrichtung der Diakonischen Altenhilfe Siegerland. 5800 Euro kamen zusammen. Beim Fußball-Turnier traten 50 Hobbymannschaften gegeneinander an. Das Team „Die Galaktischen“ ging als Sieger hervor. Bei der Spendenübergabe nahmen Einrichtungsleiterin Marianne Braukmann, Geschäftsführer Bernd Spornhauer sowie Mitarbeiterinnen des Flied-

ner-Heims den Scheck entgegen. „Von dem Geld möchten wir unter anderem einen Eis- und Getränke-Servierwagen anschaffen, um unseren Senioren im Sommer eine Freude zu machen“, so Marianne Braukmann. Neben dem Sport steht beim Freizeit-Cup auch die Wohltätigkeit im Vordergrund. Die Brauerei, die TM Fußballfreunde Weidenau und der stellvertretende Bürgermeister der Stadt Siegen, Jens Kamieth, freuten sich. „Dies ist die größte Spendensumme seit Austragung des Freizeit-Cups“, informierte Turnierorganisator Rolf Kocher. (aba)

## Intensivpatienten wieder auf die Beine helfen

Patienten auf der Intensivstation, die oftmals künstlich beatmet werden, früh zu mobilisieren, ist eine wichtige Grundlage für ihren Heilungsprozess. Um ihre Beweglichkeit zu fördern und ihnen Stück für Stück wieder auf die Beine zu helfen, hat der Förderverein des Diakonie Klinikums Jung-Stilling in Siegen für die konservative und operative Intensivstation jetzt zwei elektrische Therapiestühle angeschafft. „Da der Förderverein in diesem Projekt zusätzlich von einigen großzügigen Spendern aus der Region unterstützt wurde, konnten wir den Stationen die Stühle im Gesamtwert von 21 000 Euro ermöglichen“, freute sich Fördervereinsvorsitzender Hans-Werner Bieler. Für Klinikum-Geschäftsführer Hubert Becher ist die Neuanschaffung ein ganz besonderer Gewinn: „Die Stühle verbessern die Therapie schwerstkranker Patienten und reduzieren zugleich die körperliche Belastung der Pflegekräfte.“



Große Freude bei den Mitarbeitern der konservativen und operativen Intensivstation: Spenden machten den Kauf von elektrischen Mobilisationsstühlen im Wert von 21 000 Euro möglich.

Wenn Patienten lange liegen müssen, bauen Muskulatur und Kreislauf rapide ab. „Wir mobilisieren Patienten zunächst passiv, das heißt ohne aktive motorische Anstrengung für den Patienten“, erklärte Kai Kölsch, stellvertretender Stationsleiter der operativen Intensivstation, bei der Spendenübergabe. Hierfür lagert das Pflegepersonal Patienten auf einem geeigneten Mobilisationsstuhl. Dann, aus der Horizontale kommend, nehmen sie langsam und zunehmend eine sitzende bis teilweise stehende Körperlage ein. Damit werden das Herz-Kreislaufsystem, die Motorik, die Muskelspannung und auch die geistigen Fähigkeiten der Patienten angeregt

und gestärkt. „Diese wichtige Maßnahme geschah bisher mit mechanischen Stühlen und forderte von unseren Pflegekräften täglich einen hohen körperlichen Einsatz“, erzählte Pflegedienstleiterin Jutta Aulmann.

Mithilfe der elektrischen Therapiestühle können sie Patienten schonend bewegen. Durch vollständig nach hinten schwenkbare Armauflagen können sie mit einem Gewicht bis zu 230 Kilogramm barrierefrei auf den Stuhl gelegt werden. Die Stühle sind stufenlos einstellbar. Das Modell für die

operative Intensivstation kann sogar von einer völlig horizontalen Liegeposition zum normalen Sitzen bis zur Stehposition gebracht werden. Optional können sie in einer ergonomischen Arbeitshöhe für das Pflegepersonal verstellt werden und gleichzeitig Patienten auf Augenhöhe mit den Pflegekräften bringen. Für die Fördervereinsmitglieder war das Projekt ein wichtiges Anliegen. „Unser erklärtes Ziel ist es, Patienten den Krankenhausaufenthalt zu erleichtern und Mitarbeiter im Berufsalltag zu unterstützen“, so Bieler. (aba)



Für das Onkologische Therapiezentrum legten sich die Landfrauen Rabenscheid ins Zeug.

## Herzige Geschenke überreicht

40 selbstgenähte Kissen in Herzform überreichten die Landfrauen aus Rabenscheid im Onkologischen Therapiezentrum am Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen. Diese herzigen Geschenke sollen nach einem chirurgischen Eingriff Trost spenden und dabei helfen, Wundschmerzen zu verringern. Bei der Spendenübergabe mit dabei war auch die Tochter von Landfrau Sonja Wehr, Katharina. Nach der Brustkrebskrankung ihrer Mutter startete sie im Rahmen eines Bene-

fizlaufs einen Aufruf, um die Arbeit der Einrichtung finanziell zu unterstützen. Das Motto: „Lauf gegen den Krebs“. Dabei kamen 260 Euro zusammen. Auch diese gingen an das Onkologische Therapiezentrum.

Sabine Arndgen, pflegerische Leiterin des Therapiezentrums, war begeistert: „Unsere Patientinnen freuen sich unheimlich über dieses Geschenk, das sie vor einer Brustkrebs-Operation bekommen.“ (sok)

## Unterstützung für den Ambulanten Hospizdienst

Die Belegschaft der Hilchenbacher SMS Group hat dem Ambulanten Ev. Hospizdienst Siegerland 1250 Euro gespendet. Vorab organisierte der Betriebsrat einen Benefizverkauf von ausgemusterter Arbeitskleidung. Der Erlös wurde dem guten Zweck zugeführt. Der Hospizdienst besteht aktuell aus 40 Ehrenamtlichen, die schwerstkranke und sterbende Menschen vor allem zu Hause, aber auch in Krankenhäusern oder Pflegeheimen begleiten sowie Ansprechpartner für Angehörige sind. Die Begleiter schenken Zeit, hören zu, reden mit den Besuchten. Silvia Teuwsen, Koordinatorin des Dienstes, freut sich über die Spende und möchte das Geld für Fortbildungen der Ehrenamtlichen einsetzen: Wir sind dankbar für die Unterstützung, mit der wir Menschen ausbilden können, um in den wohl schwersten Lebensphasen Halt zu schenken.“ (sok)



Für doppelten Grund zur Freude sorgte die Ev. Kirchengemeinde Kaan-Marienborn.

## Hilfe zum Finden neuer Perspektiven

Um jungen Flüchtlingen beim Start ins Berufsleben zu helfen und Wohnungslose zu unterstützen hat die Diakoniegemeinde Kaan-Marienborn 7500 Euro für die Diakonie in Südwestfalen gespendet. 5000 Euro gingen dabei an das Flüchtlingsprojekt „Pflege kennt keine Grenzen“, 2500 Euro erreichten das Siegener Café Patchwork. Das Geld übergaben Pfarrer Gerhard Utsch und Ernst-Christoph Buch. Im Projekt „Pflege kennt keine Grenzen“ werden geflüchtete Menschen dabei unter-

stützt, eine berufliche Perspektive zu finden. Die Asylbewerber machen dabei ein Freiwilliges Soziales Jahr, um anschließend eine Ausbildung in der Kranken- oder Altenpflege anzutreten. Die Spende möchte Dirk Hermann, Referent für Freiwilligendienste der Diakonie in Südwestfalen, für den Sprachunterricht einsetzen. Im Café Patchwork soll die Spende, so Dirk Strauchmann, Geschäftsbereichsleiter der Diakonischen Wohnungslosenhilfe, für die Verpflegung der Besucher verwendet werden. (sok)



Den Erlös des Verkaufs überreichte Ralf Truxer (links) an Hospizleiter Burkhard Kölsch.

## Haustechnik macht sich für Hospiz stark

Zum zweiten Mal organisierte die Abteilung Haustechnik des Diakonie Klinikums Jung-Stilling einen „Hospizverkauf“ zu Gunsten des Evangelischen Hospizes Siegerland. Die Aktion war ein voller Erfolg. Stolze 1120 Euro kamen zusammen. Im Angebot waren Waffeln und Punsch. Beim Verkauf wurden die Haustechniker Ralf Truxer und Wolfgang Sportelli kräftig von Hospizmitarbeitern unterstützt. Unter anderem wurden in der Hospiz-Küche 60 Liter Waffelteig angerührt. Eine

Wiederholung der Aktion ist schon in Planung: „Dann möchten wir auch noch Kaffee anbieten“, so Mitinitiator Truxer. Hospizleiter Burkhard Kölsch, der selbst auch hinter der Verkaufstheke stand, ist sehr dankbar: „Eine tolle Aktion, an der sich auch der Zusammenhalt der einzelnen Einrichtungen und Dienste innerhalb der Diakonie in Südwestfalen zeigt.“ Das Geld kann das Hospiz gut gebrauchen: Der Kauf von zwei Schmerzpumpen steht auf der Agenda. (sg)



# Schuldnerberatung hilft den Menschen seit 30 Jahren

**Beratungsdienste** Wer einmal in der Schuldenfalle steckt, kommt alleine nur schwer heraus. Wege aus der finanziellen Krise weist die Schuldnerberatung der Diakonie in Südwestfalen auf – und das nunmehr bereits seit 30 Jahren.

**O**b nach einer Trennung, bei Jobverlust oder im Krankheitsfall: Oft führen Schicksalsschläge zu einer finanziellen Schiefelage. Betroffene erhalten Hilfe in der Schuldnerberatungsstelle der Diakonie in Südwestfalen an der Siegener Friedrichstraße – und das bereits seit 30 Jahren. Am 16. Januar 1989 war es Manuela Kunert-Yildirim, die den ersten Klienten der Einrichtung begrüßte. Sie ist auch heute noch Teil des Teams, das im Laufe der Jahre auf fünf Fachkräfte angewachsen ist.

**Ursache oft ein Schicksalsschlag**

„Damals wie heute: Die Probleme der Menschen sind die gleichen geblieben“, sagt Manuela Kunert-Yildirim. Nur selten komme es vor, dass ein Klient „einfach nur unwirtschaftlich lebt“. Meist, so die Schuldnerberaterin, gebe es ein anderes, großes Problem, einen Schicksalsschlag, wie etwa eine Trennung oder eine Krankheit, die das finanzielle Gerüst des Betroffenen zum Einsturz bringt. Gemeinsam mit ihren Kollegen

Friedrich Spies, Nathalie Müller, Thomas Jung und Sachbearbeiterin Monika Dreisbach nimmt sich Manuela Kunert-Yildirim der Schuldner an. 284 neue Fälle wurden allein im Jahr 2018 im Büro an der Friedrichstraße gezählt, dazu kommen rund 130 Bestandsfälle. Zum Vergleich: Vor 30 Jahren startete Kunert-Yildirim mit gerade einmal 30 Klienten. „Die Arbeit war 1989 eine ganz andere“, sagt die Frau der ersten Stun-

*„ Damals wie heute: Die Probleme der Menschen sind die gleichen geblieben.“*

**Manuela Kunert-Yildirim**  
Schuldnerberaterin

de. Das Angebot – damals noch an der Oranienstraße untergebracht – wurde durch den Evangelischen Kirchenkreis Siegen initiiert. Träger war die Innere Mission. Der Fokus lag auf einem „ganzheitlichen Helfen“. So standen

Hausbesuche bei den Klienten auf der Tagesordnung. Heute nimmt die Arbeit im Büro und am Computer den breiteren Raum ein. In den 1990er-Jahren stieg der Beratungsbedarf enorm an. „Und als 1999 das Verbraucherinsolvenzverfahren eingeführt wurde, ging es explosiv nach oben“, erinnert sich Manuela Kunert-Yildirim. In dieser Zeit wurde auch das Personal aufgestockt. Jahrelang konnten sogar Beratungen in türkischer Sprache durchgeführt werden. „Anfragen erreichten uns dazu bis aus Mainz.“ Im Jahr 2000 stand dann der Umzug an den heutigen Standort an der Friedrichstraße an.

**Jüngere verlieren den Überblick**

Auffallend sei, dass die Klienten immer jünger werden. „1989 waren es die Mittdreißiger, die sich mit Hochzeit oder gescheiterten Hausfinanzierungen übernommen hatten. Heute sind es viele Studenten und jüngere Menschen, die sich finanziell festgefahren haben“, schildert die Fachfrau. Kredite – etwa für Mobiltelefone, Computer, Fernseher oder Reisen – seien an jeder Ecke zu haben. Dazu kommen dann oftmals noch Autofinanzierungen, monatliche Gebühren für Versicherungen oder das Fitnessstudio – „und schon verliert man den Überblick“, ergänzt Thomas Jung.



*„ Wer zu uns kommt, hat die erste Hürde schon hinter sich.“*

**Friedrich Spies**  
Schuldnerberater

Das Team der Schuldnerberatung der Diakonie in Südwestfalen besteht aus (von links) Friedrich Spies, Manuela Kunert-Yildirim, Monika Dreisbach, Thomas Jung und Nathalie Müller.

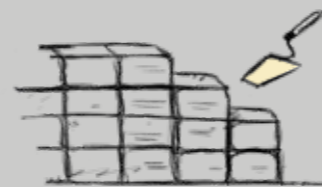


## Neues Angebot für Bauschuldner

Mit der Bauschuldnerberatung ging Anfang des Jahres ein neues Angebot der Diakonie in Südwestfalen an den Start. In Kooperation mit der Schuldnerhilfe Köln richtet es sich an in finanzielle Schiefelage geratene Immobilienbesitzer des Kreises Siegen-Wittgenstein sowie der angrenzenden Nachbargebiete. Thomas Jung nimmt sich an der Siegener Friedrichstraße der Bauschuldner an. Zu seinem Portfolio gehören Grund-, Sanierungs-, Regulierungs- und Präventionsberatungen sowie die Suche nach Interimslösungen.

Im Gegensatz zur Schuldnerberatung ist Hilfestellung für Bauschuldner allerdings kostenpflichtig. Die Preise richten sich nach dem Zeitaufwand. Erreichbar sind die Schuldner- und Bauschuldnerberatung der Diakonie in Südwestfalen per E-Mail an

[Schuldnerberatung@diakonie-sw.de](mailto:Schuldnerberatung@diakonie-sw.de)  
oder auch unter Telefon 0271/5003-245



Und weiter: „Die finanzielle Allgemeinbildung ist heutzutage defizitär.“ Ihm zufolge resultiere dies aus einem geänderten Konsumverhalten. „Werbung und Medien erwecken oftmals den Anschein, dass jeder alles haben kann. Fehlen dann noch die Vorbilder, etwa die Eltern oder das soziale Umfeld, setzt sich die finanzielle Abwärtsspirale in Gang“, beobachtet Thomas Jung. Wer dann im näheren Umfeld keine Hilfe mehr findet, wagt den oftmals schweren Schritt sich vor Dritten, also den Mitarbeitern der Beratungsstelle, zu offenbaren. Überschuldeten Personen wird an der Fried-

richstraße individuell geholfen. „Wer zu uns kommt, hat die erste Hürde schon hinter sich“, erläutert Friedrich Spies. Einige Klienten bringen zum ersten Gespräch auch schon Unterlagen mit, „andere sind einfach nur froh, dass sie jemanden zum Zuhören gefunden haben“, sagt Nathalie Müller.

**Chance auf einen Neuanfang**

Oftmals seien es nämlich nicht allein die Schulden, die den Klienten das Leben schwer machen: „Scheidung, Herzinfarkt, Arbeitslosigkeit: Es sind immer bestimmte Ereignisse, die die Men-

schen in diese Zwangslagen bringen“, betont Friedrich Spies. Gemeinsam mit den Klienten überlegen die Beraterinnen und Berater, wie dann in der Folge mit den Schulden umzugehen ist. „Einige können gut mit dem Minus auf dem Konto leben, andere wollen raus aus der Schuldenfalle. Da muss man schauen, was sinnvoll ist“, so Spies. Einer der möglichen Wege aus der finanziellen Not heraus ist das Verbraucherinsolvenzverfahren. Damit werde die finanzielle Durststrecke überschaubar und jeder erhalte die Chance, noch einmal bei Null anzufangen.

Stefanie Goß

# Ins Café Mayla bringen Frauen ihre Geschichte(n) ein

**Integration** Gemeinsam frühstücken, zusammen lernen und in der Gruppe Neues entdecken: Das Café Mayla in Siegen hat sich zu einem beliebten Treffpunkt entwickelt. Die Begegnungsstätte für Frauen mit und ohne Migrationshintergrund feierte ihren ersten Geburtstag.

Die fröhlichen Gesichter ver-raten, dass es für die Frauen im Siegener Café Mayla weit mehr als eine Feier zum ersten Geburtstag ist. Denn für sie schreibt die junge Begegnungsstätte an der Koblenzer Straße 90 bereits heute eine Erfolgsgeschichte, die alles andere als selbstverständlich ist.



essierte mit Migrationshintergrund. Auch bei der Geburtstagsfeier nahmen viele Kulturen am langen Frühstückstisch Platz. Die Begrüßung übernahm Monica Massenhove vom Geschäfts-

*„Wir sind froh darüber, hier einen Treffpunkt für Frauen geschaffen zu haben.“*

**Monica Massenhove**  
Geschäftsbereich Integration  
Stadt Siegen

Beim Café Mayla handelt es sich um ein Kooperationsprojekt. Partner dabei sind das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, die Sozialen Dienste der Diakonie in Südwestfalen, die Stadt Siegen, die Bundesinitiative „Frühe Hilfen“ und der Bezirksverband der Siegerländer Frauenhilfen. Es öffnet seine Türen donnerstags ab 9.30 Uhr für Frauen, die sich weiterbilden, vernetzen oder einfach nur nett unterhalten möchten. Im Fokus stehen insbesondere Inter-

bereich Integration der Universitätsstadt Siegen: „Wir sind froh darüber, hier einen Treffpunkt geschaffen zu haben, an dem jede Frau ihre eigene Geschichte einbringen kann.“ Der Austausch untereinander führe zu mehr Verständnis der unterschiedlichen Lebenswege und Lebensweisen. Sprachbarrieren wurden beim Geburtstagsfest mühelos gemeistert. Ein Gedicht über die Unverwechselbarkeit eines jeden einzelnen hatten Oxana Rashevsky, Petra Rosenthal, Birgit Schmidt

und Azbuhar Bilal gleich viersprachig vorbereitet: auf Deutsch, Russisch, Arabisch und Englisch. Belohnt wurde der Vortrag mit verdientem Applaus. Ein Ständchen in Form von Geschichten brachten dann noch Monica Massenhove und Azbuhar Bilal mit dem „Hahn des Kalifen“ aus „1001. Nacht“. Der offizielle Teil des Festes war schnell vorbei. Mehr Zeit hatten die Organisatoren der Geburtstagsfeier für den Austausch der mehr als 50 Gäste untereinander vorgesehen.

Fester Bestandteil im Café Mayla ist das einmal wöchentlich stattfindende Frauenfrühstück. Hinzu kommen aber auch gemeinsame Ausflüge, etwa zum Picknick oder in den Zoo. Aber auch Lernveranstaltungen im Bereich Sprache oder deutsche Kultur sind Themen im Programm. Vor gut einem Jahr – am 19. April 2018 – öffneten sich die Pforten des Cafés erstmalig. Seitdem sind es insbesondere junge Frauen, die sich mit ihren Kindern in der ehemaligen Hammerhütter Grundschule einmal wöchentlich treffen.

Stefanie Goß



Strahlende Gesichter zum ersten Geburtstag im Café Mayla: Monica Massenhove (vorne links) und Azbuhar Bilal (vorne rechts) erfreuten die zahlreichen Besucher mit einem Ständchen aus „1001. Nacht“.

## Erfolgreich mit gesunden Mitarbeitern

**Gütesiegel** Jeden Tag kümmern sich die mehr als 3500 Mitarbeiter der Diakonie in Südwestfalen um hilfe- und pflegebedürftige Menschen. Doch wer für andere da sein möchte, dem muss es auch selbst gut gehen. Um ihre Gesundheit und Zufriedenheit zu fördern, hat das Unternehmen zahlreiche Angebote etabliert. Für ihr vorbildliches betriebliches Gesundheitsmanagement hat die Diakonie nun ein Gütesiegel erhalten.



*...ausgezeichnet!*



Das Corporate Health Siegel von EuPD Research und Handelsblatt bescheinigt der Diakonie in Südwestfalen einen vorbildlichen Einsatz für die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der eigenen Mitarbeiter.



Margrit Völzing zeigt Diakonie-Mitarbeitern im Hatha-Yoga-Kurs, wie sie mit der richtigen Atemtechnik Körper und Geist entspannen und Stress im Alltag reduzieren können.

Die Beine liegen im Schneidersitz. Die Hände ruhen locker auf den Knien. Die Augen sind geschlossen. Stille erfüllt den Raum. Kein Telefon, keine Stimmen, keine Tastaturen oder Rufanlagen sind zu hören. Alle Alltagsgeräusche sind verschwunden. Der sanfte Gong einer Klangschale ertönt. Freundlich begrüßt Yogalehrerin Margrit Völzing die Teilnehmer zur dritten Yogastunde. Im Hatha-Yoga-Kurs lernen Diakonie-Mitarbeiter, wie sie Körper und Geist durch körperliche Übungen, Atemtechniken und Meditation ins Gleichgewicht bringen können. „Eine wirkungsvolle Technik, um Stress im Alltag zu reduzieren“, erklärt die Kursleiterin.

Der Yoga-Kurs ist eines von zahlreichen Gesundheitsangeboten der Diakonie in Südwestfalen für ihre Mitarbeiter. „Als Arbeitgeber möchten wir unseren Mitarbeitern dabei helfen, gesund zu bleiben“, betont Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer. Eine anonyme Gesundheits- und Sozialhotline, Gripeschutzimpfungen, Ernährungscoaching und Kochkurse, Sport- und Bewegungsangebote von Rückenfit bis Yoga, psychologische Hilfen, flexible Arbeitszeiten, Fort- und Weiterbildungsseminare sind Angebote, mit denen das Unternehmen seine Mitarbeiter stärken und unterstützen

möchte. Hierfür wurde die Diakonie in Südwestfalen jüngst auch offiziell gewürdigt. Weil es sich als Arbeitgeber in vorbildlicher Weise für die Gesundheit und das Wohlbefinden ihrer Mitarbeiter einsetzt, ist das Unternehmen beim

*„Wer gesund und zufrieden ist, kann auch im Job sein Bestes geben und für andere Menschen da sein.“*

**Dr. Josef Rosenbauer**

Geschäftsführer Diakonie in Südwestfalen

Corporate Health Award 2018 mit einem Gütesiegel ausgezeichnet worden. Der Corporate Health Award ist eine gemeinsame Initiative von EuPD Research Sustainable Management, Handelsblatt und der ias-Gruppe. Die Gütesiegel werden an Unternehmen verliehen, die sich nachweislich überdurchschnittlich für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter engagieren, eine vorausschauende, nachhaltige Personalstrategie verfolgen und dies während eines Audits in entsprechender Form belegen.

Die Diakonie in Südwestfalen als größter Gesundheits- und Sozialdienstleister der Region vereint unter ihrem Dach zahl-

reiche Diagnose-, Therapie-, Rehabilitations- und Pflegeeinrichtungen. Mit 3500 Mitarbeitern betreut sie jährlich mehr als 100 000 Menschen. „Nur wer gesund und zufrieden ist, kann auch im Job sein Bestes geben und für andere Menschen da sein“, sagt Dr. Josef Rosenbauer. Im Audit konnte das Unternehmen nachweisen, dass es ein vorbildliches betriebliches Gesundheitsmanagement aufweist und seine Mitarbeiter mit vielfältigen, auf ihre Bedürfnisse abgestimmten Gesundheitsangeboten unterstützt. Bewertet und analysiert wurden das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) und die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF). Beides ist organisatorisch in der Abteilung Qualität und Gesundheit angesiedelt, welche als Stabsstelle direkt an die Geschäftsführung der Holding angedockt ist. Sebastian Schreiber koordiniert das BGM federführend und ist zudem für das Qualitätsmanagement zuständig: „Auf das Ergebnis sind wir stolz.“ Vor fünf Jahren habe das Unternehmen begonnen, erste Projekte in den Bereichen BGM und BGF umzusetzen und auch extern anzubieten.

Ein zentrales Angebot ist die Gesundheits- und Sozialhotline. Mitarbeiter und ihre Angehörigen können bei Bedarf zum Hörer greifen. Bei Problemen erreichen sie über diese Hotline kompetente Ansprechpartner. Egal, ob es um gesundheitliche, finanzielle, familiäre oder berufliche Probleme geht – die Kolleginnen und Kollegen am anderen Ende der Leitung helfen schnell und un-

bürokratisch weiter und vermitteln die passende Unterstützung. Dabei dürfen sich die Anrufer auf absolute Vertraulichkeit verlassen. Rat und Hilfe finden Mitarbeiter darüber hinaus jederzeit bei den Seelsorgern der Einrichtungen.

Auch Workshops, Seminare und Sporttreffs stehen bei der Diakonie in Südwestfalen regelmäßig auf dem Programm. „Uns geht es vor allem darum, Angebote zu machen, die dabei helfen, Gesundheit zu stärken und zu fördern“, erklärt Schreiber. So beginnen zum Beispiel jedes Jahr im Frühjahr ein Lauf- und ein Nordic-Walking-Treff. Dabei sind die Teilnehmer einmal pro Woche unter fachkundiger Anleitung aus dem Ambulanten Rehabilitationszentrum im Wald unterwegs. Beliebt ist auch der Bike-Treff. Seit März 2018 haben Mitarbeiter der Diakonie in Südwestfalen und ihrer Tochtergesellschaften die Möglichkeit, Fahrräder und E-Bikes zu leasen. Ein Angebot, das offenbar gut ankommt, denn seitdem wurden rund 100 Verträge abgeschlossen. Jährlich vergibt das Unternehmen zudem Fitness-Abos für Fitnessstudios. Noch in diesem Jahr soll es Angebote im Bereich Ernährung und Kochen geben.

Schwere körperliche Arbeit, Zeitdruck und zwischenmenschliche Probleme können belasten. Deshalb werden für Mitarbeiter spezielle Schulungen, Seminare zu Gesundheitsthemen wie Stressmanagement und Yoga angeboten. Für Sebastian Schreiber bietet das Unternehmen viel Potential aus den eigenen Reihen: „Wir freuen uns über das Engagement unserer eigenen Mitarbeiter,

die als Kurs- oder Gruppenleiter Angebote veranstalten.“ Die ausgebildete und zertifizierte Yogalehrerin Margrit Völzing ist beispielsweise als Ärztin im Onkologie-Zentrum-Tumorboard im Diakonie Klinikum tätig. In einem Rückenfit-Kurs lernen die Teilnehmer von Physiotherapeuten des Ambulanten Rehabilitationszentrums gezielt Verhaltensweisen und Regeln, um Rückenbeschwerden vorzubeugen. Gern genutzt wird auch das Angebot der kostenlosen Gripeschutzimpfungen. Suchtprävention und eine interne Suchtberatung sind fest im Unternehmen etabliert.

*„Arbeiten soll Spaß machen, die Arbeitsbedingungen so gut wie möglich sein.“*

**Sebastian Schreiber**

Leitung Qualität & Gesundheit

„Unsere Mitarbeiter verbringen den Großteil ihrer Lebenszeit auf der Arbeit. Idealerweise macht ihnen die Arbeit Spaß und die Arbeitsbedingungen sind so gut wie möglich“, schildert Schreiber. Um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu unterstützen, sind Teilzeitstellen fester Bestandteil im Unternehmen. In unmittelbarer Nähe zum Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen gibt es eine Kindertagesstätte. Die Trägerschaft geht ab August von den Evangelischen Kindertagesstätten (EKiKS) an die Diakonie in Südwestfalen. Die Betreuungseinrichtung erhält darüber hinaus einen Anbau und wird um zwei Gruppen erweitert. Im unternehmens-



Der Hatha-Yoga-Kurs ist eines von zahlreichen Gesundheitsangeboten für Diakonie-Mitarbeiter.

eigenen Fortbildungszentrum stehen den Mitarbeitern gute Weiterbildungsmöglichkeiten zur Verfügung. Aber auch externe Seminare sind möglich. Die Kosten für Weiterbildungsmaßnahmen trägt das Unternehmen vollständig. Gewürdigt wurde während des Audits auch der großangelegte Familientag, der im vergangenen Jahr im Panorama-Park Sauerland veranstaltet wurde. Verteilt auf zwei Samstage kamen mehr als 2300 Mitarbeiter nebst Familienangehörigen.

Ein Gesundheitsbeirat, bestehend aus der Abteilung Qualität und Gesundheit, Vertretern der Betriebsräte, der Mitarbeitervertretung, der Personaldirektion und der Geschäftsführung, plant, begleitet und überwacht die BGM-Maßnahmen im Unternehmen. Die BGM-Angebote werden entsprechend kommuniziert und transparent gemacht. Zudem können Mitarbeiter Ideen einbringen. „Das alles umzusetzen ist natürlich leichter gesagt als getan. Auch bei uns gibt es Verbesserungsbedarf“, erzählt Schreiber. Potential sehen die Veranstalter des Corporate Health Awards zum Beispiel im Bereich Apps und Onlineangebote zu Ernährung, Sport und Fitness sowie ausgewiesene Angebote zu Mobbing und Konfliktprävention. Infos zu den Gesundheitsangeboten: igus@diakonie-sw.de. **Anne Bach**

## Das Siegel



Der Corporate Health Award hebt die Vorbildfunktion guten betrieblichen Gesundheitsmanagements durch Verleihen von Gütesiegeln in besonderem Maße hervor.

# Tapetenwechsel für Diakonie-Station

Rein in die Stadtmitte: Olper Team zieht in neue Räumlichkeiten um

Nach rund zwei Jahren an der Winterbergstraße ist die Diakonie-Station Olpe umgezogen. Endlich wurde ein passender Platz im Stadtzentrum gefunden und die Mitarbeiter freuen sich über große und helle Räumlichkeiten an der neuen Adresse Kardinal-von-Galen-Straße 6. Als Außenstelle der Diakonie-Station Freudenberg kümmert sich die Diakonie-Station Olpe täglich um ihre Patienten in der Kreisstadt und darüber hinaus.

Viele ältere und pflegebedürftige Menschen haben den Wunsch, in vertrauter Umgebung zu bleiben. Dabei unterstützt das Team rund um Zweigstellenleiter Daniel Rojewski. Pflegefachkräfte helfen bei der täglichen Grundpflege und Zubereitung von Essen. Außerdem geben sie Medikamente und führen Injektionen durch. Hauswirtschaftler erledigen Einkäufe, putzen und waschen Wäsche. Auch bietet die Diakonie-Station einen Hausnotruf an. Dieser sorgt



Den Umzug an die Kardinal-von-Galen-Straße meisterten Zweigstellenleiter Daniel Rojewski und Pflegefachkraft Tanja Schulte.

dafür, dass bei einem Notfall in den eigenen vier Wänden schnell ein Ansprechpartner erreichbar ist und Hilfe kommt. Dies verschafft auch den Angehörigen Sicherheit, etwa, wenn sie arbeiten oder in den Urlaub fahren.

Mit dem Umzug ist das Team in Olpe noch präsenter: „Die zentrale Lage ist optimal. Fußgänger kommen spontan zu uns und informieren sich. Wir sind Teil des Stadtlebens“, freut sich Daniel Rojewski. Damit das junge und dynamische Team der Diakonie-Station wachsen kann, ist der Zweigstellenleiter auf der Suche nach neuen Mitarbeitern. „Wir sprechen auch junge Mütter an, die wieder in den Beruf einsteigen möchten. Unsere Arbeitszeiten sind flexibel“, erklärt Rojewski. Interessierte Pflegefachkräfte und Hauswirtschaftler bekommen weitere Informationen bei der Diakonie-Station Olpe, Telefon: 02761/83 490 62 oder per E-Mail: add.olpe@diakonie-sw.de. (nb)

# Schlemmer-Spende kommt vom Förderverein

Mobiler Kiosk im Haus Obere Hengsbach im Einsatz



Im Haus Obere Hengsbach ist der Kiosk unterwegs, ganz zur Freude von Einrichtungleiterin Martina Schlemper (links) und der Fördervereinsvorsitzenden Dr. Ann-Katrin Gräfe-Bub.

Ein mobiler Kiosk dreht im Haus Obere Hengsbach seine Runden. Der so genannte Naschwagen wurde vom Förderverein der Einrichtung finanziert und in Dienst gestellt. Zweimal wöchentlich rollt der Wagen voller Naschereien und einem integrierten Kühlschrank über die Flure. Neben Popcorn, Keksen und Schokolade gibt es Sekt, Zeitschriften sowie Pflegeprodukte. Aufgefüllt wird der Kioskwagen von den Mitarbeitern des Seniorenwohnheims. Dabei achten sie darauf, bekannte Produkte anzubieten, mit denen die Bewohner groß geworden sind. Ein Ständer für Brezeln, Mettwurstchen und Fleischwurst soll das Sortiment bald komplett machen. „Wir freuen uns sehr über diese Spende. Die Bewohner haben die Möglichkeit, selbstständig etwas Besonderes zu kaufen, um sich oder anderen eine Freude zu machen“, sagt Einrichtungleiterin Martina Schlemper. Fördervereinsvorsitzende Dr. Ann-Katrin Gräfe-Bub fügt hinzu: „Der Wagen erinnert an einen Tante-Emma-Laden. Seine besondere Atmosphäre lädt zum Plausch ein. Außerdem trägt er dazu bei, die Vitalität der Senioren zu erhalten.“ (nb)



# Staatssekretär lobt Teams und Technik

Gesundheitspolitik Nach Besuch im Diakonie Klinikum nimmt Parlamentarischer Staatssekretär Dr. Thomas Gebhart viele Anregungen mit ins Bundesgesundheitsministerium nach Berlin.

Innovative Konzepte, motivierte Teams, Technik auf universitärem Niveau und kurze Wege für Patienten und Mitarbeiter: Bei einer Stippvisite in Siegen hat sich Dr. Thomas Gebhart, Parlamentarischer Staatssekretär im Bundesgesundheitsministerium, von der hohen Leistungsfähigkeit des Diakonie Klinikums überzeugt. „Ich habe hier Herzblut, Engagement und Leidenschaft erlebt. Das ist in der heutigen Zeit keine Selbstverständlichkeit mehr“, lobte der CDU-Politiker aus Berlin nach seinem gut zweistündigen Besuch.

Seit einem Jahr hat der 47-jährige Südpfälzer das Amt des Parlamentarischen Staatssekretärs im Bundesgesundheitsministerium inne. Ein Hauptaugenmerk legt er auf das komplexe Themenfeld von Entwicklung und Versorgung im Krankenhausbereich. „Ich schaue mir derzeit viele Einrichtungen an und greife gerne Anregungen und Ideen wie Sorgen und Nöte von der Basis auf“, sagte Dr. Gebhart. An Anregungen mangelte es in einem Gespräch mit den beiden Klinikum-Geschäftsführern Dr. Josef Rosenbauer und Hubert Becher, den Medizinischen Direktoren Prof. Joachim Labenz und Prof. Veit Braun sowie Melanie Kanzler, der Direktorin

des Deutschen Evangelischen Krankenhausverbandes (DEKV) mit Sitz in Berlin, dann auch nicht. Beeindruckt zeigte sich der Staatssekretär nach einem Rundgang durch das „Stilling“. Beispiel Altersmedizin: Auf nur einer Ebene werden Patienten der Geriatrie im „Stilling“ internistisch und neurologisch Hand in Hand betreut – samt Behand-

„Ich habe hier Herzblut, Engagement und Leidenschaft erlebt.“

Staatssekretär Dr. Gebhart erwiderte mit einem Dank für die wertvollen Einblicke und den konstruktiven Gedankenaustausch und versprach: „Wir bleiben in Kontakt.“ Stefan Nitz



Moderne Medizin: Kardiologe Professor Dr. Dursun Gündüz erklärt das Herzkatheterlabor.

lungs- und Krankenzimmern, Räumen zur Physiotherapie, großzügigen Aufenthaltsbereichen oder einer riesigen Außenterrasse mit Bewegungsgarten und herrlichem Ausblick aufs Siegerland auf einer Etage. Beispiel Kardiologie: Wand an Wand befinden sich die modernen Herzkatheterlabore und die dazu gehörende neue Intermediate Care Station. Beispiel Zentrale Notaufnahme: Seit ihrer Inbetriebnahme im Jahr 2012 stiegen die Patientenzahlen um 40 Prozent auf inzwischen 33 535 im Jahr an. Im Namen der Diakonie in Südwestfalen bedankte sich Geschäftsführer Dr. Rosenbauer bei dem Gast aus Berlin für das Interesse am Diakonie Klinikum.



Außenterrasse mit Bewegungsgarten: Auch die Geriatrie überzeugte den Gast aus Berlin.

# Nix wie raus: Zecken sind zu nichts gut und gefährlich

**Ratgeber Sommer, Sonne, Sonnenschein.** Was gibt es da Schöneres, als ein Picknick auf der grünen Wiese. Aber Vorsicht: Im dichten Grün versteckt lauert oft eine nur wenige Millimeter große Gefahr – die Zecke. Ihr Stich kann schlimme Folgen haben. Hautärztin Dr. Claudia El Gammal rät: „Schnell raus mit der Zecke.“

Sitzen und warten. So verbringt eine Zecke den Großteil ihres Lebens. Ob im knietiefen Gras oder im Unterholz: Der Parasit lauert hier solange, bis ein passender Wirt vorbeikommt. Und das kann Jahre dauern. Ob Reh, Hund oder Mensch, da macht die Zecke keinen Unterschied. Sie ist blind, wird nur vom Geruch der Lebewesen angezogen. Ammoniak, Buttersäure, Kohlenmonoxid, das dinsten alle aus, die dem Spinnentier als Wirt ins Konzept passen.

Einmal angebissen, bleibt die Zecke bis zu zwei Wochen an ihrem Wirt. „Warme, gemütliche Plätzchen bevorzugen die Tiere“, weiß Dr. Claudia El Gammal aus Erfahrung. In der Hochsaison, also im Sommer, kommt mehrmals pro Woche jemand in ihre Praxis, um sich eine Zecke entfernen zu lassen. Das sei aber eigentlich ein Fehler: „Anstatt auf einen Termin beim Arzt zu warten, sollte man die Zecke sofort aus der Haut ziehen, wenn sie entdeckt wird“, rät die Dermatologin. Der Grund: Ab dem ersten Blutsaugen bleiben mindestens sechs Stunden Zeit, bis die Zecke damit beginnt, unverdaute Nahrungsreste – und damit beispielsweise die Borrelio-

se-Bakterien oder das FSME-Virus – in den Wirt zu übertragen. Ob beim Arzt oder Zuhause: Die Zeckenentfernung läuft überall gleich ab. „Am besten nimmt man die Zeckenzange“, erklärt Dr. Claudia El Gammal. Diese Art Pinzette soll „basisnah“ unter dem Kopf der

„Man sollte die Zecke sofort aus der Haut ziehen, wenn sie entdeckt wird.“

**Dr. Claudia El Gammal**  
Fachärztin für  
Haut- und Geschlechtskrankheiten

Zecke platziert werden. Wird die Zange geschlossen, muss darauf geachtet werden, den Hinterleib der Zecke nicht zu quetschen. „Ärgern darf man die Tiere nicht“, so Dr. El Gammal. Sie rät deshalb auch dringend davon ab, vor dem

Einsatz der Zange Alkohol oder Öle auf der Zecke zu verteilen. Damit werde lediglich das Risiko der Erreger-Übertragung erhöht. Sitzt die Zange schlussendlich fest an der Zecke, zieht man den Achtbeiner senkrecht aus der Haut heraus. Neben der Zeckenzange haben Apotheken meist auch eine Zeckenkarte vorrätig. Das Prinzip der Parasiten-Entfernung bleibt dabei das gleiche.

Doch wohin dann mit den Tierchen, wenn sie draußen sind? Laborversuche haben gezeigt, dass Zecken bis zu drei Wochen unter Wasser überleben können. Auch einen Waschgang bei 40 Grad überstehen sie problemlos. Genauso, wie einen ganzen Tag im Gefrierfach. Um ihnen den Garaus zu machen, raten Experten, sie zu zerquetschen. Weniger martialisch, aber ebenso effektiv ist es, sie in mindestens 40-prozentigem Alkohol zu ertränken. Mit Alkohol desinfiziert werden sollte auch die Ein-

stichstelle. „Eine kleine, punktförmige Rötung in den ersten Tagen ist ganz normal“, beruhigt El Gammal. Problematisch wird es, wenn die so genannte Wanderröte nach einem Zeckenbiss auftritt. Dies deutet auf die Erkrankung Borreliose hin und muss behandelt werden. Um erst gar nicht von einer Zecke gestochen zu werden, gibt es einige Tipps, die die Spezialistin aus dem MVZ Jung-Stilling in Siegen empfiehlt: „In der Zeckenzeit, also dann, wenn die Temperaturen im Frühjahr steigen bis hinein in den Herbst, sollten Spaziergänger das hohe Gras meiden und einfach die Socken über die Hose ziehen.“ So macht man es der Zecke schwer, überhaupt ein lauschiges Plätzchen zu

„Hohes Gras meiden und einfach die Socken über die Hose ziehen.“

finden. Zudem ratsam ist es, beim Wald- und Wiesenspaziergang helle Kleidung zu tragen, um die kleinen Blutsauger schneller zu entdecken – am besten bevor sie zustechen können. Zeckenabwehrsprays, das hat Fachärztin Dr. Claudia El Gammal beobachtet, schlagen indes beim Menschen kaum an und helfen wenig. **Stefanie Göb**

Es gibt Blutsauger, deren parasitäres Verhalten medizinisch genutzt wird, etwa in der „Blutegeltherapie“. Dabei werden die Tiere an den Patienten – Mensch oder Tier – zum „Aderlass“ angesetzt. Durch das Saugen werden Wirkstoffe frei gesetzt, die etwa bei Arthrose helfen sollen. „Die Zecke allerdings hat für den Menschen gar keinen Nutzen“, macht Dr. El Gammal klar. In der Natur dient sie lediglich als Nahrungsquelle, etwa für Vögel oder bestimmte Pilzarten.

## Alarmsignal „Wanderröte“

Wird die Zecke nicht bemerkt, kann sie sich bis zu zwei Wochen an ihrem Wirt festsaugen. Während des Stechens gibt sie unter anderem ein Speichelsekret ab, welches den Wundverschluss verhindert und zudem die Einstichstelle betäubt. Beim Stechen können Zecken allerdings auch für den Menschen gefährliche Krankheiten übertragen, wie etwa die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME). Dabei handelt es sich um einen Virus, der unter anderem Gehirnhautentzündung auslösen kann. Gegen die FSME ist ein Impfstoff vorhanden. Anders bei der Borreliose. Diese bakterielle Erkrankung wird ebenfalls von der Zecke übertragen

und bleibt zumeist unbemerkt. Im ersten Stadium breitet sich lediglich die so genannte Wanderröte aus: „Diese ist ganz flach und oftmals ganz blass, juckt meistens nicht und ist gerade am hinteren Oberschenkel oder der Rückenpartie für den Patienten nicht zu sehen“, so Dr. Claudia El Gammal. Betroffene klagen eventuell über leichte Erkältungssymptome. Bleibt die Borreliose unbehandelt, kann das gravierende Folgen haben. El Gammal: „Das geht hin bis zu Lähmungserscheinungen. Im schlimmsten Fall landet der Betroffene im Rollstuhl.“ Bei diagnostizierter Borreliose wird ein Antibiotikum verschrieben. (sg)



In der Sommersaison kommen viele Patienten mit Zeckenbissen in der Praxis von Dr. Claudia El Gammal (links) vorbei. Deshalb wird das Personal auch entsprechend geschult.



Egal ob mit Zeckenzange oder Zeckenkarte: Wichtig ist, dass der Blutsauger schnell aus der Haut entfernt wird.



Wenn die Zecke einmal zusticht, kann sie gefährliche Krankheiten, wie etwa Borreliose, auf den Menschen übertragen.





# Laktose, Fruktose und Gluten: Nicht jeder Darm verträgt alles

**Intoleranzen** Bauchweh nach dem Biss in die Banane? Migräne nach einem Glas Milch? Immer häufiger werden bestimmte Lebensmittel nicht mehr vertragen. Im MVZ Jung-Stilling an der Siegener Sandstraße steht das Team von Jochen Meyer bereit, um auf Ursachenforschung zu gehen.



In der Praxis von Jochen Meyer wird der Wasserstoff-Atemtest mehrmals pro Woche durchgeführt. Drei Mal tief einatmen und dann ins Röhrchen pusten: Die Prozedur funktioniert für Patienten schnell und schmerzlos.

Wer den Verdacht hat, an einer so genannten Intoleranz zu leiden, ist bei Jochen Meyer, Facharzt für Innere Medizin und ärztlicher Praxisleiter im MVZ Jung-Stilling an der Siegener Sandstraße, genau richtig. Seine Patienten haben oftmals schon einen langen Leidensweg hinter sich. Der Mediziner erinnert sich noch gut an eine junge Patientin, die monatelang unter Bauchschmerzen litt. „Da sie nach einer heilpraktischen Diätberatung immer weniger und auch einseitiger Essen zu sich nahm und auch noch Leistungssportlerin war, baute sie stark ab“, so Jochen Meyer. Er diagnostizierte letztlich „eine simple Fruktoseintoleranz“. Diese, so der Mediziner, lasse sich aber in den Griff bekommen.

Hilfreich ist es, wenn der Patient, der nach dem Essen an Bauchkrämpfen, Völlegefühl oder Durchfall leidet, ein Ernährungstagebuch führt und dieses seinem Arzt vorlegt. „In der Praxis ist es allerdings so, dass ich bislang nur

„Ein Arztbesuch zur Abklärung ist der richtige Weg.“

**Jochen Meyer**

Facharzt für Innere Medizin

ein einziges gut geführtes Tagebuch gesehen habe“, schildert Jochen Meyer. Deshalb setzt er auf so genannte Atemtests, die die Unverträglichkeiten relativ schnell und schmerzfrei nachweisen können.

Die häufigste in Deutschland vorkommende Unverträglichkeit betrifft die Fruktose, also den Fruchtzucker. „Dieser ist viel in Äpfeln, Birnen, Süßkirschen, Pflaumen und Datteln vorhanden, wird oft als Sirup zum Süßen von Lebensmitteln beigefügt und ist auch signifikant in Honig zu finden“, erläutert Meyer. Wer an einer Unverträglichkeit leidet, für den ist zudem der Süßstoff Sorbitol auch problematisch.

Schätzungen nach sind in Deutschland etwa 30 Prozent der Bevölkerung von dieser Intoleranz betroffen. Ihr Problem: Über einen Transportkanal gelangt Fruktose aus dem Darm ins Blut. Die Menge des Fruchtzuckers, die ein Transporter befördern kann, ist begrenzt. Verbleibt zu viel Fruchtzucker im Darm, beginnen Bakterien mit dem

Gärprozess – und dieser kann für den Patienten schmerzhaft sein. Blähungen, Verstopfung, Durchfall, Kopfweh oder auch Müdigkeit sind die Folge. Ganz auf Obst müssen Betroffene allerdings nicht verzichten. Laut Meyer kommt es aber auf das Verhältnis von Frucht- zu Traubenzucker an: „Daher rate ich jedem Betroffenen zu einer professionellen Ernährungsberatung, gerade auch, weil die individuelle Verträglichkeitsschwelle stark schwankt.“ Ebenso quälend wie eine Fruktoseintoleranz, ist für Betroffene die Unverträglichkeit von Milchzucker, „der so genannten Laktose, die in Milch, Joghurt, Ziegenmilch und ganz besonders in gesüßter Kondensmilch zu finden ist“, sagt Meyer. Käse enthält meist weniger Laktose, insbesondere je länger die jeweilige Sorte gereift ist, auch in Butter steckt kaum Milchzucker.

Bei Patienten mit dieser speziellen Intoleranz ist das Verdauungsenzym Laktase nicht ausreichend im Darm vorhanden – und der Milchzucker kann gar nicht oder nur unvollständig aufgenommen werden. „Bis zu einem gewissen Grad ist das völlig normal“, erklärt Jochen Meyer. Genetisch bedingt nimmt der Laktasewert bereits in der frühen Kindheit ab, da keine Muttermilch mehr benötigt wird. Die meisten Menschen haben damit keine Probleme, rund 15 Prozent der Erwachsenen in Deutschland kämpfen allerdings mit den Beschwerden einer Intoleranz, wie etwa Bauchschmerzen, Blähungen und Durchfall. „Wie mittlerweile auch bei der Fruktose-Unverträglichkeit, gibt es hier Tabletten, die mit der Nahrung aufgenommen werden, um Beschwerden zu lindern“, erläutert Meyer. Zudem spezialisiere sich die Nahrungsmittel-Industrie immer mehr auf so genannte

Minus-L-Produkte, sprich laktosefreie Lebensmittel: „Das ist für Betroffene wirklich eine große Hilfe.“

In den vergangenen Jahren ist zudem die Glutenunverträglichkeitserkrankung Zöliakie immer weiter in den Fokus gerückt. Diese kann eine Vielzahl an unterschiedlichen Beschwerdebildern hervorrufen, die nicht immer den Verdauungsapparat betreffen. Zudem problematisch: „Gluten kommt in allen Lebensmitteln vor, die Weizen, Roggen, Gerste oder Malz enthalten“, informiert der Facharzt. Liegt eine wirklich krankhafte Unverträglichkeit des Glutens vor, ist als Folge die Aufnahme von Nährstoffen über die Dünndarmschleimhaut beeinträchtigt, da diese entzündlich verändert ist. „Diese verschlechterte Nährstoffaufnahme kann zu Gewichtsverlust und Mangelerscheinungen führen“, weiß Jochen Meyer.

Betroffenen hilft nur eines: Sie müssen glutenhaltige Lebensmittel, wie beispielsweise die meisten Teigwaren und Brotsorten, Paniertes, Kuchen oder Bier meiden und stattdessen Obst, Gemüse, Kartoffeln, Kräuter, Nüsse, Käse, Tofu, Fleisch, Fisch oder Eier auf den Speiseplan setzen. Wichtig, so der Mediziner: „Auch bei verarbeiteten Gerichten muss der Glutengehalt berücksichtigt werden.“ Damit es nicht zu einer Mangelerkrankung kommt, sollte beim Verdacht einer Glutenunverträglichkeit ein Internist zu Rate gezogen werden.

In den vergangenen Jahren hat Jochen Meyer einen spürbaren Anstieg der Intoleranz-Fälle verzeichnet. „Aber das ist verständlich. Jeder, der etwas über Lebensmittel-Unverträglichkeiten liest oder hört, denkt sich »bei mir grummelt es ja auch.«“ Ein Arztbesuch zur Abklärung sei der richtige Weg. Dann könnten bei der Diagnose auch ernsthafte

## So funktioniert der Atemtest

Vermutet der Arzt eine Laktose-Unverträglichkeit, wird mit dem Patienten ein Wasserstoff-Atemtest durchgeführt. Dabei wird der Gehalt von Wasserstoff im Atem gemessen, bevor der Patient eine Milchzucker-Testlösung (50 Gramm in 250 bis 300 Milliliter Wasser gelöste Laktose auf nüchternem Magen) getrunken hat. Wiederholt wird das „Ins-Röhrchen-pusten“ dann noch drei Mal, jeweils im Abstand von einer halben Stunde. Bei Milchzucker-Unverträglichkeit entstehen durch Vergärung der Laktose größere Mengen an Wasserstoff im Darm. Das Gas geht teilweise ins Blut über und wird ausgeatmet. Der Test auf Fruktose-Intoleranz funktioniert nach dem gleichen Prinzip, allerdings wird dann keine Milchzucker- sondern Fruktose-Testlösung verabreicht. Zweieinhalb bis drei Stunden Zeit müssen die Patienten beim Arzttermin für die Messung einplanen. Der Test wird nüchtern durchgeführt, auch Rauchen und Zähneputzen sind vor dem Test tabu.

Krankheiten wie etwa Morbus Crohn ausgeschlossen werden. Wer den Verdacht einer Intoleranz hat, sollte beim Gastroenterologen vorstellig werden. „Am besten mit einem mindestens zwei Wochen lang geführten Ernährungstagebuch – und ohne eine Diät anzufangen zu haben“, erläutert Jochen Meyer. Liegt eine Intoleranz vor, empfiehlt der Spezialist die Zusammenarbeit mit einem Ernährungsberater: „Zudem gibt es auch gute Selbsthilfegruppen, in denen sich Patienten untereinander helfen können.“

Stefanie Goß

## Wo liegt eigentlich der Unterschied zwischen Allergie und Intoleranz?

### Allergie

- / in der Regel plötzlich
- / Auslöser schon kleine Mengen
- / bei jedem Verzehr
- / kann lebensbedrohlich sein

### Intoleranz

- / in der Regel allmählich
- / Auslöser meist größere Mengen
- / gegebenenfalls nur bei häufigem Verzehr
- / nicht lebensbedrohlich



Ein Obstsalat als Nachtisch? Das süße Dessert verträgt nicht jeder.



# Einblicke in die Welt der Pflege

**PBZ** Rund 100 Besucher kamen zum 2. „Tag der Ausbildung“ ins Pflegebildungszentrum der Diakonie in Südwestfalen. Ausbilder und Schüler gewährten den Gästen dabei erste, spannende Einblicke in Theorie und Praxis der Pflegewelt.



Wie spannend der Pflegeberuf sein kann, erfahren Interessierte beim „Tag der Ausbildung“ nicht nur aus erster Hand, sondern auch gleich am eigenen Leib. Die Organisatoren nahmen sich viel Zeit für ihre Besucher.

**B**lutdruck messen, Spritzen verabreichen, medizinische Geräte überwachen oder pflegebedürftigen Menschen eine Stütze sein: Die Aufgaben im Pflegeberuf sind vielfältig. Am Pflegebildungszentrum (PBZ) der Diakonie in Südwestfalen unterhalb des Diakonie Klinikums Jung-Stilling an der Siegener Virchowstraße nutzten 100 Interessierte die Chance, einmal in das Berufsbild hinein zu schnuppern. Beim „Tag der Ausbildung“ standen Lehrer und Schüler bereit, um theoretische Fragen zu beantworten und auch schon erste praktische Anleitungen zu geben.

„Raus aus dem Bett“ war etwa die Devise in einem Kursraum. Hier bekamen die Gäste gezeigt, warum rückschonendes Arbeiten so wichtig ist. „Wenn Sie nicht auf sich achten, werden Sie schnell selbst zum Patienten“, lautete die Devise von Brigitte Brandes, Lehrerin für Pflegeberufe. Gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern wurde gezeigt, wie es gelingen kann, Senioren ganz einfach beim Aufstehen aus dem Bett zu helfen. Einige Tü-



Anschauen und ausprobieren: Schüler und Lehrer des Pflegebildungszentrums der Diakonie in Südwestfalen gestalteten das Programm beim „Tag der Ausbildung“.

ren weiter konnten die Gäste sich im Spritzengeben üben – freilich nicht am Patienten, sondern etwa an einer Orange. Weiter ging es für die Interessierten bei der Herzdruckmassage an der Simulationspuppe oder bei der Station einiger Pflegeschüler, die demonstrierten, wie einfach es ist, Blutdruck- oder Blutzucker zu messen. Besonders junge Menschen waren es, die den „Tag der Ausbildung“ an der Virchowstraße nutzten, um sich mit Informationen zu versorgen. Allerdings gibt es auch immer wieder Quereinsteiger, die sich von den Pflegeberufen begeistern lassen. Diese durchlaufen derzeit eine Reform, wie Schulleiter Frank Fehlauer informierte: „Ab dem 1. Januar 2020 bieten wir die generalistische Ausbildung zum Pflegefachmann oder zur Pflegefachfrau

an.“ Wer diesen Abschluss in der Tasche hat, ist befähigt, Menschen aller Altersgruppen in sämtlichen Versorgungseinrichtungen – sprich in Kliniken, in Kinderkrankenhäusern, Altenheimen oder auch Ambulanten Pflegestationen – zu pflegen. Die derzeitigen Berufsbezeichnungen, wie Altenpfleger oder Krankenschwester, haben dann ausgedient.

Rund um die Ausbildung kreisten auch die Fragen der Interessierten, die den Infotag am Pflegebildungszentrum nutzten. Einige von ihnen steckten mitten in den Vorbereitungen zum Vorstellungsgespräch am PBZ. Ängste bauten die Pflegeschüler ab: „Überlege dir einfach, wie du selbst gerne gepflegt würdest. Das sind die Grundlagen, auf die die Ausbilder achten“, war ein Rat, der einer Kandidatin mit auf den Weg gegeben wurde. Eine der derzeitigen Schülerinnen am PBZ ist Marie Arns: „Ich wusste schon früh, dass ich mit und am Menschen arbeiten möchte. Mein Papa ist auch im Gesundheitswesen tätig. Das hat mich schon immer fasziniert, was er erzählte.“ Ihre Entscheidung hat sie nie bereut: „Es macht mir hier



große Freude. Die Schule, meine Mitschüler und die Lehrer sind toll.“ Gemeinsam mit vielen anderen Schülern kümmerte sich Marie Arns auch um das leibliche Wohl der Gäste beim „Tag der Ausbildung“. Serviert wurden Waffeln, Kaffee und Hotdogs. Zudem lockerten ein Gewinnspiel und ein Parcours das Programm auf. Bei letzterem wurde anhand einer speziellen Brille simuliert, wie sich die Wahrnehmung unter Alkoholeinfluss verändert. Der Träger der Brille sieht nur noch verschwommen, kann seine Füße kaum noch erkennen.

Da wurde es schwierig, einer am Boden aufgezeichneten Linie zu folgen oder einen Turm aus Holzklötzen zu bauen. Abgerundet wurde das Angebot beim „Tag der Ausbildung“ mit zahlreichen Infoständen und der Möglichkeit, einmal ins Innere eines Rettungswagens zu schauen.

Am PBZ sind Bewerbungen jederzeit möglich. Die Ausbildung startet zweimal im Jahr, im März und im September. 2100 Stunden umfasst die theoretische Ausbildung, 2500 Stunden sind in

der Praxis zu leisten. Letztere können natürlich auch in den zahlreichen Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen absolviert werden, etwa im Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen oder im Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg, in einem der Seniorenheime oder auch in der ambulanten Pflege. Die Chancen, nach der Ausbildung eine feste Stelle zu bekommen, sind laut Schulleiter Frank Fehlauer gut: „Alle unsere Absolventen, die jüngst fertig wurden, hatten schon eine Zusage erhalten.“

Stefanie Goß

## Die Pflege freut sich auf neue Gesichter

Examensfeier in schicker Garderobe: 21 Auszubildende erreichen den Abschluss

21 Auszubildende des Pflegebildungszentrums der Diakonie in Südwestfalen haben die staatlichen Prüfungen bestanden und sich damit zu Gesundheits- und Krankenpflegern qualifiziert. Mit lobenden Worten, stimmungsvoller Musik und einem leckeren Essen zelebrierten sie ihren Erfolg in der Cafeteria des Diakonie Klinikums Jung-Stilling. In feinen Abendroben kamen sie mit Familien, Freunden und Gratulanten zusammen, machten Erinnerungsfotos und schauten auf die dreijährige Ausbildungszeit zurück.



Bei der Examensfeier des Pflegebildungszentrums der Diakonie in Südwestfalen gratulierten Schulleiter Frank Fehlauer (links) und Kursleiterin Brigitte Brandes (rechts) den Absolventen.

„16 der frisch examinierten Gesundheits- und Krankenpfleger bleiben uns auch in Zukunft treu und werden im Diakonie Klinikum tätig“, sagte Schulleiter Frank Fehlauer. Die fünf weiteren Absolventen fanden in anderen Einrichtungen einen Job. Um den Pflegeberuf auszuüben, eigneten sich die ehemaligen Schülerinnen und Schüler umfassende Kompetenzen in Pflegewissenschaft, Medizin, Psychologie und in weiteren Bezugswissenschaften an. Hubert Becher, Geschäftsführer des Diakonie Klinikums, betonte: „Sie haben sich für einen Beruf entschieden, der mehr als eine Verdienstmöglichkeit ist. Sie erhalten täglich Anerkennung von Menschen, die auf ihre Zuwendung und Hilfe angewiesen sind.“ Stolz lobte Kursleiterin Brigitte Brandes ihre Ehemaligen: „Ich bin froh, euch begleitet haben zu dürfen und bin gleichzeitig wehmütig, nun loslassen zu müssen.“ Pflegedienstleiter Wolfgang Müller und Mitarbei-

tervertreter Maik Utsch freuten sich, dem Großteil auch künftig im Dienst zu begegnen. Abgerundet wurde die Feier mit einer Andacht von Krankenhauseelsorgerin Pfarrerin Christiane Weis-Fersterra: „Es wird Phasen geben, in denen sie erschöpft sein werden und Pausen brauchen. Trotzdem sind sie würdig, geliebt und von Gott vor aller Leistung angenommen.“ Musikalisch begleitet wurde die Feier von Katharina Fritzen aus Siegen am Klavier. Zu dem Ausbildungskurs zählten Schülerinnen und Schüler der Diakonie in Südwestfalen sowie der beiden Kooperationspartner Helios Klinik in Bad Berleburg und Celenus Klinik in Hilchenbach. Das Examen bestanden: Johannes Bäumer (Netphen), Étienne Bartkowiak (Freudenberg), Maik Barz (Siegen), Kai Becker (Siegen), Simon Becker (Wilnsdorf),

Torben Brinkermann (Siegen), Dana Brzezinski-Klemke (Siegen), Katharina Dreesbach (Wilnsdorf), Maria Fast (Siegen), Nils-Holger Finkernagel (Siegen), Michaela Langer (Siegen), Emily von Lintig (Netphen), Katrin Maciejewski (Kreuztal), Kimberly Märzheuser (Friedewald), Silke Pieper (Schmallenberg), Veronica-Codruta Rete (Netphen), Julia Röhrig (Olpe), Anna-Lena Schmidt (Bad Berleburg), Jessica Schneider (Friedewald), Kimberly Stamm (Kreuztal) und Franziska Wegner (Siegen).

Die nächsten Ausbildungskurse im PBZ beginnen bereits im September 2019 und danach im März 2020. Interessierte können sich jederzeit bei Schulleiter Frank Fehlauer unter der Telefonnummer 0271 333-6481 oder per E-Mail an [pbz@diakonie-sw.de](mailto:pbz@diakonie-sw.de) melden. (sok)



## Zertifikat bestätigt höchstes Niveau

**Diagnostik** Im Schwangeren-Ultraschall sind Chefärztin Dr. Dede und ihr Team Experten. In Deutschland sind lediglich zehn Abteilungen der Sektion Gynäkologie und Geburtshilfe von der DEGUM zertifiziert.

**F**ür Mama und Papa sind es die ersten Bilder und Bewegungen, die sie von ihrem Baby sehen können. Für Ärzte ist der Blick in den Bauch ein wichtiges Instrument, um die kindliche Entwicklung zu untersuchen. Ultraschall-Bilder richtig zu lesen, erfordert allerdings besondere Erfahrung und Geschick. Für ihre hervorragende Ultraschallausbildung hat

die Geburtshilfe und Pränatalmedizin des Diakonie Klinikums Jung-Stilling in Siegen das Zertifikat „Qualifizierte Ultraschall-Weiterbildung“ von der Deutschen Gesellschaft für Ultraschall in der Medizin (DEGUM) erhalten. Laut aktueller DEGUM-Liste sind in Deutschland lediglich zehn Abteilungen und Zentren der Sektion Gynäkologie und Geburtshilfe zertifiziert.

„Unser Ziel ist es, junge Ärzte auf dem Gebiet der Ultraschalldiagnostik bestmöglich auszubilden“, betont Chefärztin Dr. Flutura Dede. Das Zertifikat der DEGUM bescheinigt Dede und den Oberärztinnen Dr. Senem Elena Alsat-Krenz und Dr. Aud Itta Sauer eine strukturierte und qualitativ hochwertige Ärzteausbildung durch besonders qualifizierte Ausbilder und hochwertige Ultraschall-

geräte. Hierzu erarbeiteten Dede und Alsat-Krenz einen eigenen klinikinternen Ausbildungslehrplan für junge Kollegen. Der Blick in den Bauch der Mutter auf das ungeborene Kind ist eines der zentralen diagnostischen Verfahren während der Schwangerschaft. Die Mutterschafts-Richtlinien sehen für die allgemeine Schwangerschaftsvorsorge beim Gynäkologen drei Ultraschall-Untersuchungen vor. Sie werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt und finden in der Regel um die 10., 20. und 30. Schwangerschaftswoche statt.

Gibt es Risiken für einen gesunden Schwangerschaftsverlauf oder treten Probleme bei dem ungeborenen Kind oder der Mutter auf, können zusätzliche spezielle Untersuchungen (Pränataldiagnostik) sinnvoll sein. Hierfür ist die Geburtshilfe im Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus mit den modernsten und hochauflösenden Ultraschallgeräten ausgestattet. Dr. Dede, Leiterin des Zentrums für Ultraschall-Weiterbildung, die stellvertretende Leiterin Dr. Alsat-Krenz und Dr. Sauer verfügen über die entsprechende Qualifikations-

stufe DEGUM II. Entwicklungsstörungen, Fehlbildungen oder andere gesundheitliche Schwierigkeiten können so frühzeitig erkannt werden. „Mit hochauflösenden Ultraschallgeräten sind wir beispielsweise in der Lage, Herz und Gefäße des Kindes zu untersuchen und eine Mangelversorgung auszuschließen“, erklärt Dede. Laut Expertin sind praktische Erfahrungen im täglichen Klinikbetrieb besonders wichtig für eine qualitativ gute Ausbildung und die Fähigkeit, Bilder richtig auszuwerten zu können. „Die Ultraschall-Ausbildung ist ein lebenslanger Prozess“, so Dede. Gerade bei seltenen Krankheiten oder komplizierten Fällen sei es in der Prä-

nataldiagnostik wichtig, einmal gesehene Bilder im Gedächtnis zu behalten und bei neuen Patientinnen abrufen zu können. Wichtiger Bestandteil der Ausbildung ist auch die richtige Ultraschalltechnik. Den Schallkopf im richtigen Winkel anzusetzen und zu bewegen sind beispielsweise Handgriffe, die Dede und ihre Oberärztinnen jungen Ärzten regelmäßig beibringen. Klinikum-Geschäftsführer Hubert Becher gratulierte den Ärztinnen zur Zertifizierung: „Dieses unabhängige Prüfsiegel bescheinigt unserer Geburtshilfe anhaltend hohe Qualität in der Pränataldiagnostik und ist ein wichtiges Signal für unsere Patientinnen.“ **Anne Bach**

Von links: Der leitende Oberarzt Dr. Ulrich Hennig, die Qualitätsmanagementbeauftragte Ute Gräf und Klinikum-Geschäftsführer Hubert Becher mit den zertifizierten Ultraschall-Ausbilderinnen Chefärztin Dr. Flutura Dede, Dr. Aud Itta Sauer und Dr. Senem Elena Alsat-Krenz.

## Auf dem Weg zum „Babyfreundlichen Krankenhaus“

Hart arbeiten Ärzte, Pflegepersonal und Hebammen im Diakonie Klinikum Jung-Stilling daran, dass Zertifikat „Babyfreundliches Krankenhaus“ zu erlangen. Dafür ist es nötig, diverse Kriterien zu erfüllen, die von der Weltgesundheitsorganisation WHO und Unicef vorgegeben sind. Im Zentrum der Initiative stehen dabei das Stillen und das so genannte Bonding, sprich der Haut-zu-Haut-Kontakt von Mutter und Kind. Gudrun von der Ohe, Ärztin, Stillberaterin und Gutachterin für babyfreundliche Krankenhäuser, stellte diese beiden Faktoren bei einem Fachtag in den Mittelpunkt. Zwei große Gründe gibt es laut Expertin, warum sich Mütter gegen das Stillen entscheiden: „Entweder wird das Baby nicht satt oder die Mutter hat Schmerzen.“ Laut von der Ohe sind Geburtskliniken in der Pflicht, unterstützend tätig zu werden: „Mütter brauchen Hilfe in den ersten Tagen nach der Geburt.“

Als „Babyfreundlich“ gelten, so die Gutachterin, besonders die Kliniken, in denen junge Mütter zwar darin angeleitet werden, ihr Baby zu versorgen. „Was aber niemand tun darf, ist die Frauen zu bevormunden“, so von der Ohe. Um die richtige Stilltechnik zu vermitteln, empfahl sie unter an-

derem den Einsatz von Brustmodellen: „So können auch die männlichen Ärzte helfen, ohne die Privatsphäre der Frauen zu verletzen.“ Um als „Babyfreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet zu werden, sei es zudem wichtig, das Bonding noch weiter in den Fokus zu rücken: „Der Haut-zu-Haut-Kontakt kann auch nach einem Kaiserschnitt möglich gemacht werden“, sagt von der Ohe.

Dies wird im Diakonie Klinikum auch schon seit 2016 praktiziert. Studien zufolge zeige sich, dass die Mutter nach dem Kaiserschnitt viel ruhiger ist, wenn sie ihr Baby spürt. Bonding funktioniert auch mit Vätern. Wann hat mein Baby Hunger? Wie viel soll das Kind zunehmen? Wie lange dauert die Stillzeit? Junge Familien haben alle die gleichen Fragen. Laut von der Ohe sei es deshalb wichtig, leicht verständliches und gut illustriertes Infomaterial an verschiedenen Stellen im Patientenzimmer zu verteilen: „Im Schrank, im Nachttisch, im Bad, ganz egal. Das hat dann was von einem Adventskalender.“ Ein positives Fazit zogen die rund 20 Teilnehmer am Ende des Fachtages. „Unsere Aufgabe ist es jetzt, die Tipps der Expertin in unserer Abteilung umzusetzen“, so Chefärztin Dr. Flutura Dede. **(sg)**

## Von Strahlenschutzverordnung nicht verunsichern lassen

Werdende Eltern sollten sich von der neuen Ultraschall-Strahlenschutzverordnung des Bundes nicht irritieren lassen. „Für Schwangere ändert sich eigentlich nichts“, beruhigt Dr. Flutura Dede, Chefärztin der Geburtshilfe und Pränatalmedizin im Siegener Diakonie Klinikum Jung-Stilling. Im Dezember trat eine neue Strahlenschutzverordnung in Kraft. Darin werden vorgeburtliche Ultraschalluntersuchungen, die medizinisch nicht notwendig sind und unter dem Reizwort „Babykino“ lediglich für schöne Auf-

nahmen vom Fötus ohne medizinische Notwendigkeit gemacht werden, untersagt. Darauf folgten mediale Schlagzeilen wie „3D-Ultraschall bald verboten“.

In der vom Bund beschlossenen Verordnung heißt es in Paragraph 10, dass ein Fötus bei der Anwendung von Ultraschallgeräten zu nicht-medizinischen Zwecken nicht exponiert werden darf. Das heißt: Besteht kein medizinischer Grund, darf ein Ungeborenes nicht dem Ultraschall ausgesetzt werden. „Ultraschalluntersuchungen, die zur ge-

setzlichen Schwangerschaftsvorsorge gehören und zum Abklären von medizinischen Fragestellungen notwendig sind, fallen natürlich nicht darunter“, sagt Dr. Flutura Dede. Ultraschalluntersuchungen sollten nur, so die Expertin, von Ärzten mit entsprechender Ausbildung an geprüften Geräten durchgeführt werden. „Die normalen Ultraschalluntersuchungen im Rahmen der Vorsorge gelten als völlig unschädlich, weil sie in einem Bereich liegen, der keine relevante Erwärmung bei dem Kind verursacht“, so Dr. Dede. **(aba)**

# Damit beim **Notkaiserschnitt** jeder Handgriff sicher sitzt

**Geburtshilfe** Ein Notkaiserschnitt kommt selten vor, doch wenn er sein muss, ist eine perfekte Zusammenarbeit wichtig. Deshalb machte sich das Team der Geburtshilfe im Diakonie Klinikum Jung-Stilling während eines Trainings für unvorhersehbare Notfälle fit.

In der Geburtshilfe des Diakonie Klinikums Jung-Stilling in Siegen streben die medizinischen Fachkräfte stets eine natürliche Geburt an. Um jedoch auch in Notfällen routiniert und sicher zu handeln, schnell zu reagieren und die erforderlichen Handgriffe optimal durchzuführen, hat das Personal ein Notkaiserschnitt-Simulationstraining absolviert. Mit dabei waren Hebammen und Ärzte der Geburtshilfe, Anästhesisten, Anästhesiepfleger, OP-Fachkräfte sowie Kinderärzte und Kinderkrankenschwestern des Perinatalzentrums Level 1. Das ist die höchste Versorgungsstufe, mit der das Krankenhaus in Kooperation mit der DRK-Kinderklinik Siegen Kinder fachgerecht versorgt.

Im Gegensatz zu einem geplanten Kaiserschnitt kommt ein Notkaiserschnitt aus unvorhersehbaren Gründen zum Einsatz – zum Beispiel, wenn starke Blutungen entstehen oder sich die Herzschläge des Kindes extrem verlangsamen. Das Fachpersonal lernt bereits während der Ausbildung, was dann zu tun ist. Doch: „Gerade weil Notkaiserschnitte nur sehr selten vorkommen, ist die Übung wichtig, um Abläufe zu verinnerlichen und im Fall der Fälle schnell, genau und mit höchster Sicherheit zu agieren“, verdeutlichte Dr. Flutura Dede, Chefärztin der Geburtshilfe. Nur dann ist eine kurze Reaktionszeit möglich. Während des Trainings spielte eine Assistenzärztin die schwangere Frau im Kreißsaal. Das Szenario: Eine Hebamme alarmierte Ober- sowie Assisten-

zarzt, die zeitnah eintrafen. Nach einer kurzen Besprechung entschied sich das Ärzteteam für einen Notkaiserschnitt. Die nötigen weiteren Fachleute wurden benachrichtigt, in den nahe gelegenen Operationssaal zu kommen. Zeitgleich wurde die Patientin auf schnellstem Wege dorthin gefahren. Der Anästhesist leitete die Narkose ein, die Operateure bereiteten die Geburt vor. Jeder wusste, was er zu tun hatte. Nach wenigen Minuten war „das Baby“ da.

Dabei konnte das Team seine benötigte Zeit auf unter fünf Minuten senken. Für die sogenannte EE-Zeit, gemessen von der Entscheidung zum Notkaiserschnitt bis zur Entbindung des Kindes, gibt es eine Definition. Chefärztin Dr. Dede: „Es dürfen maximal zehn Minuten vergehen.“

„Es dürfen maximal zehn Minuten vergehen.“

**Dr. Flutura Dede**  
Chefärztin Geburtshilfe und  
pränatale Medizin



Bei der Übung mit dabei: Chefärztin Dr. Flutura Dede, die die Teilnehmer über wichtige Arbeitsabläufe informierte.

schnitt bis zur Entbindung des Kindes, gibt es eine Definition. Chefärztin Dr. Dede: „Es dürfen maximal zehn Minuten vergehen.“

Im theoretischen Teil der Übung stand die Kommunikation innerhalb des Teams im Fokus. Dr. Jörg Conzen, Oberarzt der Anästhesie, betonte: „Es ist entscheidend, das restliche Personal kurz und prägnant über die wichtigsten Aspekte zu informieren und dabei vor allem ruhig zu bleiben.“ Die Beteiligten müssen einfach schnell erfahren, wohin sie kommen müssen und wie es der Patientin geht. Die Teilnehmer zeigten sich beeindruckt von dem Simulationstraining und waren sich am Ende einig, dass sie dadurch ein großes Stück an Sicherheit dazugewonnen haben und die Versorgung der werdenden Mütter und ihrer Kinder damit nochmals deutlich verbessert werden konnte. Die Übungseinheit soll im Diakonie Klinikum Jung-Stilling künftig regelmäßig wiederholt werden.

Blazenka Sokolova



Das Team rund um den Leitenden Oberarzt Dr. Ulrich Hennig entschied sich für einen Notkaiserschnitt und benachrichtigte das weitere benötigte Fachpersonal.



Auf schnellstem Wege wurde die Schwangere in den nahe gelegenen OP-Saal gefahren.

## Diagnostik für die ganze Region

**Radiologie** An einer Abteilung kommt kaum ein Krankenhaus-Patient vorbei: der Radiologie. Die medizinische Kompetenz und das Gerätespektrum, das dabei im Diakonie Klinikum Jung-Stilling und dem angeschlossenen MVZ eingesetzt wird, sind einzigartig in Südwestfalen.

Dr. Michael El-Sheik bringt es auf den Punkt: „Die Radiologie ist das entscheidende Zahnrad einer Klinik.“ Und da ist was dran. Denn ob nach Unfall oder Herzinfarkt, zur Abklärung einer Tumordiagnose oder bei einem Beinbruch: Irgendwann landet fast jeder, der ins Krankenhaus eingeliefert wird, in der Radiologie. Elf Fachärzte, vier Ärzte in Weiterbildung und mehr als 40 medizinisch-technische und administrative Mitarbeiter kümmern sich im Diakonie Klinikum mit dem angeschlossenen Medizinischen Versorgungszentrum um die Belange der Patienten. „Die Patienten kommen nicht nur aus Süd-

westfalen zu uns, sondern auch aus den angrenzenden Regionen von Hessen und Rheinland-Pfalz“, weiß El-Sheik, der als Chefarzt der Radiologie im „Stilling“ vorsteht. Dies liegt zum einen an der hohen fachlichen Expertise des Teams. So verfügen die Mitarbeitenden unter anderem über mehrere spezialisierte Ausbildungen und Zertifikate in Neuroradiologie, des Herzens, der Prostata, der Brustdrüse sowie in der Diagnostik und Therapie von Tumorerkrankungen. Zum anderen kann das Radiologische Zentrum auf besondere Geräte wie ein 3-Tesla-MRT oder ein PET-CT zurückgreifen, die detaillierte Aufnahmen von Herz, Tumoren, Prostata und Co. häufig

überhaupt erst ermöglichen. Insgesamt stehen drei MRT-Geräte, drei Computertomographen (CT), zwei digitale Mammographiegeräte, eine 2-Ebenen-Angiographie sowie mehrere Röntgen-, Sonographie- und Durchleuchtungsgeräte zur Verfügung. Wer glaubt, ein Radiologe arbeitet „nur“ im stillen Kämmerlein, um die Aufnahmen der Patienten zu befunden, der irrt. „Für die exakte Beurteilung unserer Untersuchungen ist uns der Dialog mit den Patienten und den zuweisenden Ärzten sehr wichtig“, schildert Dr. Jens Nawatny, Ärztlicher Leiter des MVZ. Denn häufig falle den Radiologen für die weitere Behandlung eine wichtige Steuerungsfunktion zu. →



Ein einfühlsamer Umgang mit den Patienten ist im Radiologischen Zentrum am Diakonie Klinikum Jung-Stilling wichtig.

„Das Spannende an der Radiologie ist die stete Weiterentwicklung des Fachgebietes“, fügt Dr. Michael Blazek, stellvertretender Ärztlicher Leiter des MVZ Siegen, hinzu. Ihm zufolge sei das Fachgebiet gerade in Sachen Weiterbildung interessant: „Die Innovationen der letzten 20 Jahre hätten sich unsere Altmeister nicht vorstellen können.“ So hat Dr. Blazek zuletzt als neue Methode die MRT-Diagnostik bei Prostatakrebs in Siegen etabliert. Das spezielle Verfahren (multiparametrische MRT der Prostata) lokalisiert und klassifiziert Tumoren der Prostata zuverlässiger als bisherige Verfahren und verhindert unter Umständen unnötige Eingriffe.

Im Krankenhaus ist den Radiologen ein übergreifendes Zusammenarbeiten mit Medizinern anderer Fachabteilungen

wichtig. So wird beispielsweise das PET-CT-Zentrum gemeinsam mit dem niedergelassenen Nuklearmediziner PD Dr. Deniz Kahraman betrieben. Die gemeinsame Auswertung der Untersuchungen trägt dazu bei, dass die Befunde eine bestmögliche Qualität erhalten. Auch nehmen die Radiologen regelmäßig an den Klinikkonferenzen, beispielsweise dem Tumorboard, teil. „An vielen Entscheidungsprozessen

**„Das Spannende an der Radiologie ist die stete Weiterentwicklung des Fachgebietes.“**

**Dr. Michael Blazek**

Stv. Ärztlicher Leiter MVZ Jung-Stilling

„An vielen Entscheidungsprozessen

sind wir grundlegend beteiligt“, sagt Dr. Andreas Kießling, Leitender Oberarzt der Radiologie.

Aber auch Empathie ist in der Radiologie wichtig. „Wir haben mit schwersterkrankten und verunsicherten Patienten zu tun, hierbei ist der einfühlsame Umgang für das Wohlbefinden des Patienten und das Gelingen einer Untersuchung entscheidend“, erklärt der stellvertretende Leitende Medizinisch-Technische Radiologieassistent Steffen Krüger. „Immer dann, wenn Kinder an Krebs leiden oder in Unfälle verwickelt sind, lässt einen das nicht kalt. Sonst hat man den falschen Job.“

**100 276**  
Untersuchungen...

wurden 2018 von den Radiologen im Diakonie Klinikum Jung-Stilling nebst MVZ durchgeführt. Dazu zählen Projektionsradiographien, Mammographien, CTs, MRTs, Sonographien, Durchleuchtungen und Angiographien.

Teil des radiologischen Zentrums ist auch die Mammographie Screening-Einheit Siegen-Olpe-Hochsauerland. Diese besteht aus insgesamt vier Praxen in Siegen, Arnsberg, Bad Berleburg und Olpe. Ziel dieser speziellen Einrichtung ist die Früherkennung von Brustkrebs bei Frauen zwischen 50 und 69 Jahren ohne Symptome. Die Kosten der Untersuchung werden von den Krankenkassen übernommen.

Stefanie Goß

## Spezialisiert auf moderne Befundtechnik

Deutsche Röntgengesellschaft zertifiziert Dr. Michael Blazek

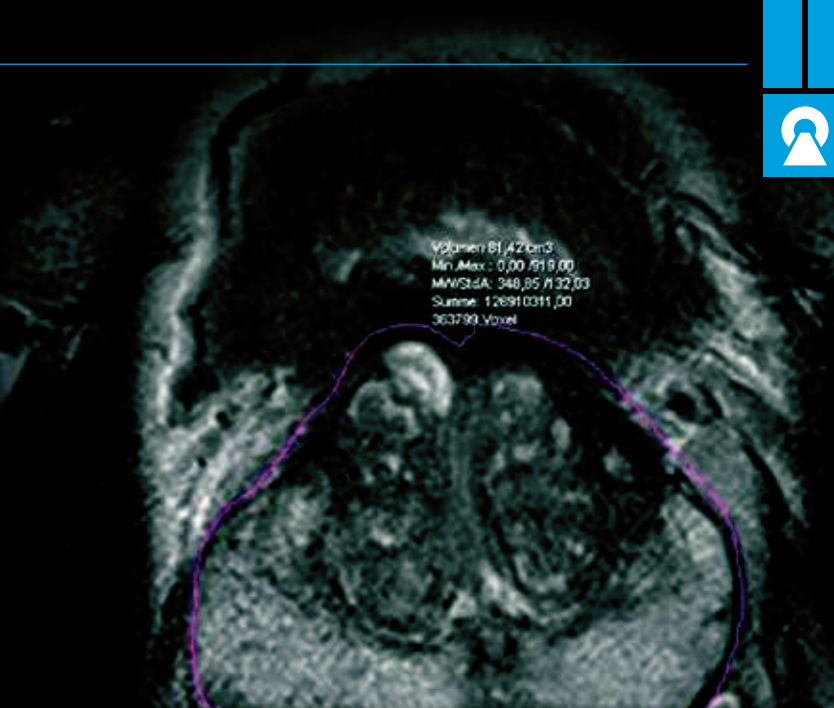
Eine Spezialzertifizierung auf dem Gebiet der Tumordiagnostik hat Dr. Michael Blazek, Radiologie-Oberarzt am Diakonie Klinikum Jung-Stilling und stellvertretender Ärztlicher Leiter des MVZ am Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus in Siegen, erhalten: Die Deutsche Röntgengesellschaft verlieh ihm die höchste Qualifizierungsstufe (Q2) für die multiparametrische Magnetresonanztomographie (mpMRT) der Prostata.

**Modernste Technik kombiniert mit Fachwissen**

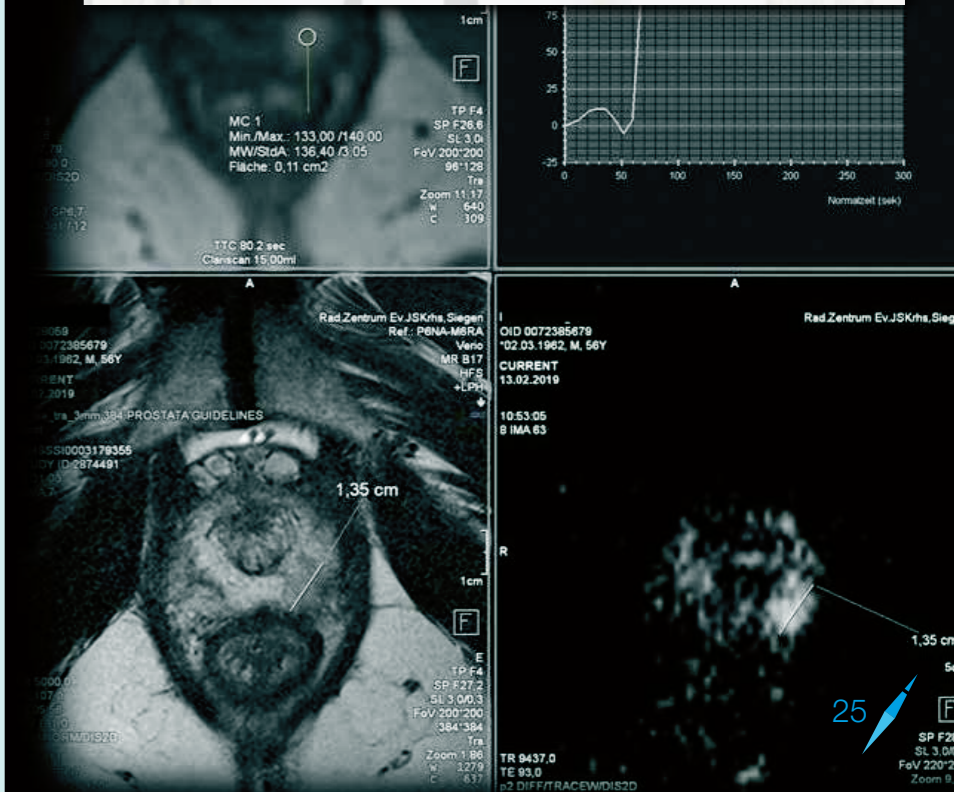
Besteht der Verdacht auf eine krankhafte Veränderung der Prostata, ist es bislang gängiges Verfahren, zuerst Gewebeproben an festgelegten Bereichen aus dem Organ zu entnehmen. Die spezielle, zertifizierte Untersuchung macht diesen Eingriff zunächst überflüssig. Für den Patienten bringt sie den Vorteil, dass er sich zunächst einer 40-minütigen Untersuchung im MRT unterzieht. Die hierbei gewonnenen Aufnahmen wertet Dr. Blazek anhand eines strukturierten Befundschemas aus. Neben der Qualifizierung des Arztes und der Standardisierung der Untersuchung bedarf es ebenfalls moderner Geräte, wie etwa eines „3T-MRT“, wie am Diakonie Klinikum vorhanden.

Die Ergebnisse von Dr. Blazeks Diagnostik werden in Zusammenarbeit mit den zuweisenden Urologen kommuniziert. In Zusammenarbeit mit Dr. Peter Weib, Chefarzt der Urologie und Leiter des Kompetenznetzes Prostata, werden bei Besprechungen die Befunde der gemeinsamen Patienten im Diakonie Klinikum Jung-Stilling vorgelegt.

Aktuell sind nach Darstellung der Deutschen Röntgengesellschaft nur etwa 100 Mediziner in Deutschland im Besitz des Zertifikates, das Dr. Blazek nun am Diakonie Klinikum Jung-Stilling entgegennehmen konnte. (sg)



Bei der Übergabe des Zertifikates freuten sich Dr. Michael Blazek (Mitte), Chefarzt Dr. Michael El-Sheik (links) und Dr. Jens Nawatny, Ärztlicher Leiter des MVZ.





## Mit Robotik gegen den Prostatakrebs

Ob mit robotergestützten Operationsverfahren oder Strahlentherapien: Möglichkeiten, Prostatakrebs zu behandeln, gibt es einige. Beim 15. Siegener Prostata-Symposium wurden die modernen Verfahren im „Haus der Siegerländer Wirtschaft“ vorgestellt. Rund 160 Besucher nutzten die Gelegenheit, Vorträgen zu lauschen und ließen sich von sechs Medizinerinnen Fragen zu ihren doch meist eigenen Erkrankungen beantworten. Veranstalter waren in Kooperation mit dem Kompetenznetz Prostata das Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen, das Kreisklinikum Siegen, das Lahn-Dill-Klinikum Wetzlar, der Dachverband der Prostatazentren Deutschlands und die BPS-Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe Siegen. Diese steht unter dem Vorsitz von Lothar Stock, der das Symposium auch moderierte. Unterstützt wurde die Veranstaltung ferner vom Ärztenetz Lahn-Dill, dem Ärzteverband Südwestfalen, der Kreisärzteschaft Altenkirchen sowie den Ärztereinen Olpe und Siegen.

In Deutschland wird jährlich bei etwa 65 000 Männern ein Prostatakarzinom diagnostiziert. 12 000 Betroffene sterben an dem Krebs. Gemeint ist ein bösartiger Tumor in der Vorsteherdrüse (Prostata). Ist ein Krebs in frühen Stadien noch auf die Prostata beschränkt und haben sich keine Metastasen gebildet, kann die Prostata operativ entfernt



Auf dem Podium beim 15. Siegener Prostata-Symposium (von links): Urologin Victoria Meyer, Strahlentherapeut Dr. René Baumann, Urologe Mahmoud Farzat, Radiologe Dr. Michael Blazek sowie die Urologen Dr. Johannes Spelz und Dr. Peter Weib.

werden. Dafür hat sich eine robotergestützte Operationsmethode als Weiterentwicklung zur minimalinvasiven Schlüsselloch-Chirurgie etabliert. Über das Verfahren informierte Mahmoud Farzat, Facharzt für Urologie im CRMG-Da-Vinci-Zentrum Gronau. Das Operationssystem trägt den Namen „Da Vinci“ und besteht aus einer Steuerkonsole. An dieser sitzt ein Chirurg, der in unmittelbarer Nähe zum Patienten operiert. Mit eingeschlossen ist eine dreidimensionale Kamera, mit der Operateuren zu behandelnden Bereich zehnfach vergrößert sehen und die Instrumente im Körper steuern. „Die Methode kann als Verlängerung des Chirurgen-Arms angesehen werden“, sagte Farzat. Dr. Peter Weib, Chefarzt der Urologie im Diakonie Klinikum Jung-Stilling, fügte hinzu: „Patienten profitieren von geringem Blutverlust, weniger Schmerzen, kleineren Wunden und Narben sowie einer schnelleren Genesung.“ Auch das

„Stilling“ verfügt über einen solchen „Da Vinci“. Wie Strahlentherapien bei Prostata-Krebs greifen, stellte Dr. René Baumann aus dem St. Marien-Krankenhaus vor. Ziel der Behandlung ist es, radioaktive Strahlen im Tumor-Ort zu platzieren und die Zellen so zu schädigen, dass sie absterben. Ärzten ist es dabei wichtig, umliegende Organe wie Blase und Enddarm sowie gesundes Gewebe vor den Strahlen zu schützen.

Beim Arzt-Patienten-Seminar war der PSA-Wert ein von den Besuchern oft angesprochenes Thema. Darunter zu verstehen ist das prostata-spezifische Antigen – ein Eiweiß, das fast ausschließlich von Prostatazellen gebildet wird. Erhöhte PSA-Daten können, müssen jedoch nicht, auf eine Tumor-Erkrankung hindeuten. Die Experten gaben den Gästen des Forums mit auf den Weg, auf den Verlauf der regelmäßig gemessenen Werte zu achten. (sok)

## Chirurg Dr. Peter Wittmann praktiziert im MVZ Jung-Stilling



Chirurg und Durchgangsarzt Dr. Peter Wittmann erweitert mit einem vierköpfigen Team das Angebot im MVZ Jung-Stilling.

Das Medizinische Versorgungszentrum (MVZ) Jung-Stilling hat seine ambulante Gesundheitsversorgung ausgebaut. Dr. Peter Wittmann, Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie, verstärkt das Angebot im MVZ mit seiner Praxis in der Marienhütte 15 in Siegen-Eisfeld. Wittmann verfügt über langjährige Erfahrung, ist seit mehr als 30 Jahren als Chirurg tätig und führt seine Praxis seit 1995 im Gewerbegebiet Marienhütte. Die Diagnostik und Therapie von Verletzungen der Knochen und Gelenke einschließlich begleitender Weichteile, Sehnen und Bänder gehören zu seinen Schwerpunkten. Spezielle Kenntnisse weist der Sportmediziner zudem in der

Stoßwellentherapie auf, für die er zudem zertifiziert ist. Die radiale und fokussierte Stoßwellentherapie kommt beispielsweise bei verhärteten Muskelsträngen zum Einsatz. Krankheiten wie Kalkschulter, Tennis- oder Golferarm und Arthrose gehören zu seinem Behandlungsspektrum. Die chirurgische Praxis ist für Durchgangsarztverfahren zugelassen. Bei Arbeits- oder Wegeunfällen ist Dr. Wittmann somit für Patienten die erste Anlaufstelle. Kleine bis mittlere Operationen mit lokaler Betäubung, etwa das Entfernen von Muttermalen oder Abszessen, führt der Facharzt direkt in der Praxis durch. (aba)

## Wechseljahre: Wirksame Mittel gegen Beschwerden



Nicht wenige Frauen in den Wechseljahren können ein Lied davon singen: Sie sind depressiv verstimmt, erleiden Schweißausbrüche und Hitzewallungen. Hilfe dagegen kann eine Hormonersatztherapie leisten. Diese stand dann auch bei der Fortbildungsveranstaltung „Gyn aktuell“

im Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen im Fokus. In den Wechseljahren, also im Alter zwischen Mitte 40 und Mitte 50, verändern sich die weiblichen Geschlechtshormone Progesteron und Östrogen. Gastreferent Professor Dr. Thomas Römer, Chefarzt der Gynäkologie im Ev. Klinikum Köln-Weyertal: „Ein Drittel aller Frauen kommt in der

Phase gut zurecht und hat keine oder kaum Probleme.“ Frauen mit Problemen empfahl der Experte eine Hormonersatztherapie. „Das Prinzip dabei lautet so wenig Hormone wie möglich, so viel wie nötig“, erklärte Römer. Zudem halte auch die „grüne Apotheke“ einiges bereit, zum Beispiel die Traubensilberkerze und der Mönchspfeffer. (sok)

## Feuerwehr übt im „Höhwäldchen“

Um für den Ernstfall gewappnet zu sein, verlegten 18 Mitglieder der Feuerwehr Oberdielfen ihre Theorie- und Praxisschulung ins Seniorenheim „Haus Höhwäldchen“ in Wilnsdorf. Wie verlaufen die Flucht- und Rettungswege? Wo befinden sich Wasseranschlüsse? Diese und viele andere Fragen wurden vor Ort geklärt, teilweise mit den Bewohnern.

Unterbrandmeister Erkan Okcu zeigte sich zufrieden „Wir, sowohl Feuerwehr als auch die Einrichtungsbetreiber, haben viel voneinander gelernt.“ Dies bestätigte Frank Müller, der technische Leiter der Diakonie in Südwestfalen: „Es ist schön zu wissen, dass im Ernstfall professionelle Hilfe naht.“ Besonderes Lob galt den Floriansjüngern: „Sie sind immer für andere Menschen da.“ (sg)



Bei einem Seminar lernten die Pflegefamilien neue Strategien für den Alltag kennen.

## Mit dem „Notfallkoffer“ durch den Alltag

Zahlreiche Herausforderungen müssen Pflegeeltern meistern. Tipps, um im Alltag zu bestehen, gab es bei einem Seminar, zu dem die Pflegekinderdienste Familiennetzwerk und „Villa Fuchs“ – im Trägerverbund der Diakonie in Südwestfalen und des Sozialdienstes Katholischer Frauen – einluden. 41 Pflegeeltern und 27 Kinder waren in Wilgersdorf dabei. Unter der Thematik

„Biographie und Traumapädagogische Methoden“ standen Vorträge, Gruppenarbeit und kreative Aktivitäten auf dem Plan. In Kleingruppenarbeit hatten die Pflegefamilien unter anderem die Möglichkeit, verschiedene Strategien auszuprobieren und kennenzulernen. Darunter waren Methoden wie die sogenannte Wuttreppe, der „Notfallkoffer“ oder der „Übergabestab“. (aba)

## Krankheit steht Kinderwunsch entgegen

Manche Paare versuchen jahrelang vergeblich, ein Baby zu bekommen. Oftmals verbergen sich gesundheitliche Gründe hinter dem unerfüllten Kinderwunsch, wie etwa die Endometriose. Diese Krankheit stellte Dr. Volker Müller, Chefarzt der Gynäkologie und gynäkologischen Onkologie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling, beim „Siegener Forum Gesundheit“ in den Fokus.

Deutschland verzeichnet im Jahr rund 40 000 Neuerkrankungen von Endometriose. Bei den Betroffenen wird verstreute Gebärmutter-schleimhaut dort entdeckt, wo sie nicht hingehört – nämlich außerhalb der Gebärmutter. Auf-

treten kann diese dann etwa an der Gebärmuttermuskulatur, am Eileiter, aber auch an Enddarm oder Blase.

Egal wo im Körper sich die Gebärmutter-schleimhaut ansiedelt – den normalen Zyklus der Frau durchläuft sie mit. Dies kann der Betroffenen diverse Probleme bereiten. Zwei Dinge einen die Erkrankten: eine schmerzhafte Regelblutung und ein unerfüllter Kinderwunsch. Behandelt wird die Krankheit durch eine Operation. Möglich ist auch – zum Teil auch in Kombination mit dem operativen Eingriff – eine medikamentöse Therapie. Danach kann die Endometriose allerdings wiederkehren: „Sie ist



Dr. Volker Müller stellte die Endometriose ins Zentrum des Interesses.

häufig eine chronische Erkrankung“, so Dr. Müller. Frauen mit diagnostizierter Erkrankung, die ungewollt kinderlos bleiben, sollten über eine „Kinderwunschbehandlung“ nachdenken. (sg)



## Mit dem „MitraClip“ auf Erfolgskurs

Zertifikat für minimalinvasives Verfahren in der Sektion Kardiologie am Diakonie Klinikum

Als „Zentrum für perkutane Mitralkappenrekonstruktion“ wurde die Sektion Kardiologie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling ausgezeichnet. Die Zertifizierung freut das Team um Professor Dr. Dursun Gündüz, Dr. Johannes Rixe und Privatdozent Dr. Damir Erkapic (vorne von links).

Als einzige Einrichtung im Kreis Siegen-Wittgenstein wurde die Sektion Kardiologie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling nun als „Zentrum für perkutane Mitralkappenrekonstruktion“ ausgezeichnet. Vom „MitraClip“-Verfahren profitieren Patienten, deren Mitralklappe undicht ist.

Unregelmäßiger Herzschlag, Luftnot oder übermäßige Wassereinlagerungen: Diese Symptome treten auf, wenn die Mitralklappe – sie befindet sich zwischen linkem Vorhof und linker Herzkammer – nicht mehr richtig arbeitet. Ist sie undicht, hilft oft nur eine aufwändige Operation. „Für diesen Eingriff sind viele Patienten allerdings oftmals schon zu schwach“, erklärt Prof. Dr. Dursun Gündüz, Sektionsleiter der Kardiologie am Diakonie Klinikum Jung-Stilling. Eine Alternative bietet

der „MitraClip“. Minimalinvasiv kann mit seiner Hilfe die Schlussfähigkeit der Klappe wieder hergestellt werden. „Das MitraClip-Zulassungsverfahren ist eines der kompliziertesten in der Kardiologie“, erläutert Prof. Dr. Gündüz. Die Hürden, die genommen werden müssen, um vom Medizinischen Dienst der Krankenkassen sowie vom Hersteller des Clips, der Firma Abbott Vascular, als Therapiezentrum zugelassen zu werden, sind sehr hoch. Anwärter müssen normalerweise eine zweijährige „Probezeit“ absolvieren, in der sie Patienten, für die sich das „MitraClip“-Verfahren eignet, an bereits zertifizierte Einrichtungen überweisen. Nicht so die Siegerner Kardiologen. Seit Februar 2018 wird das Verfahren hier praktiziert. Nach ungewöhnlich kurzer Zeit erfolgte die Zertifizierung. Möglich macht dies spezielle Experten-Unterstützung. „Zu

unserem Team gehört Oberarzt Dr. Johannes Rixe. Als ehemaliger Programmleiter des MitraClip-Verfahrens in der Kardiologie der Universitätsklinik in Gießen bringt er große Erfahrung mit“, so Prof. Dr. Gündüz. Das macht sich bemerkbar: „Kliniken, die mit der Implantation des MitraClips starten, führen im ersten Jahr durchschnittlich 15 bis 20 Prozeduren durch. Bei uns waren es im Dezember 2018 schon 40 Patienten“, informiert der Sektionsleiter.

Beim MitraClip-Verfahren, das neben Prof. Dr. Gündüz und Dr. Rixe auch Privatdozent Dr. Damir Erkapic am Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus durchführt, wird ein Katheter durch die Leiste in die zum Herzen führende Vene eingeführt. Die Öffnung des Brustkorbes ist nicht mehr nötig. Seit 2008 wird das Verfahren in Deutschland angewandt. (sg)

## Diakonie Klinikum kooperiert mit Deutscher Herzstiftung

„Jetzt ist unsere Partnerschaft endlich offiziell“, freute sich Günter Nöll, ehrenamtlicher Beauftragter der Deutschen Herzstiftung, jetzt im Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus. Er überreichte die Herzstiftungs-Mitgliedsurkunde an den Sektionsleiter der Kardiologie, Prof. Dr. Dursun Gündüz, im Beisein von Klinikums-Geschäftsführer Hubert Becher, Verwaltungsleiter Fred-Josef Pfeiffer, Oberarzt Dr. Johannes Rixe (Leitung

Kardiale Bildgebung) und Privat-Dozent Dr. Damir Erkapic (Sektionsleiter Rhythmologie).

Das Klinikum arbeitet seit mehr als zehn Jahren mit der Deutschen Herzstiftung zusammen, unter anderem bei den jährlich in Siegen stattfindenden Herzwochen. Mit der eingegangenen Kooperation dokumentiert das Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus die beson-

dere Verbundenheit mit den Aufgaben und Zielen der Stiftung. Künftig soll die Zusammenarbeit ausgeweitet werden. Denkbar wären Arzt-Patientenseminare oder Infoveranstaltungen mit prominenten Vertretern der Herzstiftung. Diese wurde 1979 gegründet und hat mehr als 100 000 Mitglieder. Zu ihren Aufgaben gehört es, Patienten über Herzkrankheiten aufzuklären und Therapiemethoden zu erläutern. (sg)

Unten im Zentrallabor

## Wo's beim Piepen und Surren um Leben geht

Nahezu unsichtbar, aber von herausragender Bedeutung: Im Trubel des Klinikalltags arbeiten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Zentrallabors rund um die Uhr verborgen in der unteren Etage des Evangelischen Jung-Stilling Krankenhauses.

Am Ende des Kellerflurs piepen und surren Geräte in einem hell erleuchteten Raum. In ihnen bewegen sich Röhrchen. Manche werden geschwenkt, in andere tauchen Pipetten ein und entnehmen Flüssigkeit. Hochkonzentriert überwachen Mitarbeiter die Arbeit der vollautomatisierten Geräte und kontrollieren Ergebnisse. Eine Krankenschwester betritt den Raum, grüßt freundlich und stellt mehrere Röhrchen mit Blut ab. Die darin enthaltenen wenigen Milliliter können über Leben entscheiden.

Für Ärzte, Pflegepersonal und Patienten ist die Arbeit des Labors unverzichtbar. Denn hier werden wichtige Grundlagen für medizinische Diagnosen und Therapien ausgearbeitet. Durch Analysen verschiedener Körperflüssigkeiten können Krankheiten und deren Ursachen erkannt sowie Gesundheitszustände überwacht und die richtigen therapeutischen Maßnahmen eingeleitet werden. Dies geschieht in enger Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt, der auf Grundlage seiner Untersuchung und der Analysen einen Befund stellt. 27 medizinisch-technische Laboratoriumsassistenten (MTLA), Arzthelferinnen und Laborhelfer analysieren an hochmodernen Geräten sämtliche Körperflüssigkeiten wie Blut, Urin, Rückenmarksflüssigkeit oder Gelenkpunkate. Die ärztliche Verantwortung liegt bei Professor Dr. Joachim Labenz, Chefarzt der Inneren Medizin.

Das Team rund um Laborleiterin Michaela Kipping bietet ein breites Spektrum von Untersuchungen an: „Wir können rund 200 verschiedene Analysen durchführen. Am Tag treffen zwischen 1000 und 1300 Proberöhrchen bei uns im La-

bor ein.“ Es werden nicht nur Analysen für die beiden Krankenhausstandorte in Siegen und Freudenberg durchgeführt. Auch Medizinische Versorgungszentren, das Perinatalzentrum, das Arbeitsmedizinische Zentrum Siegerland sowie einige Arztpraxen und Krankenhäuser reichen Proben ihrer Patienten ein. „Die Labore in der Region helfen sich gegenseitig aus. Wir führen Untersuchungen durch, die andere nicht machen können“, sagt Michaela Kipping.

Die Analysen sind vielfältig und reichen von Tests zur Blut- und Hormonbildung über Vitamin- und Nährstoffaufnahme bis hin zur Diagnose von Allergien, Infektionen und Tumoren. Anhand einer Urinanalyse können Suchtstoffe im menschlichen Körper nachgewiesen werden. Diese sogenannten Drogenscreenings werden ebenfalls im Labor durchgeführt. Alle Untersuchungsmethoden und Geräte stehen unter ständiger Kontrolle und werden an den medizinischen Fortschritt angepasst. Nur nach umfassender Qualitätssicherung wird das Ergebnis jeder Analyse für gültig erklärt und freigegeben. In der Probenannahme nimmt ein Mitarbeiter mit roter Flüssigkeit gefüllte Röhrchen entgegen, um sie zu untersuchen.

Für die Diagnose einer Krankheit und um deren Verlauf zu kontrollieren, ist die Blutanalyse eine der hilfreichsten Methoden. Wird ein Patient ins Krankenhaus eingeliefert, ordnet der Arzt eine Blutuntersuchung an und beauftragt sie elektronisch im Krankenhausinformationssystem. Daraufhin wird automatisch ein Barcode-Etikett mit Angaben zum Analyseauftrag, Namen und Geburtsdatum des Patienten

„Am Tag treffen zwischen 1000 und 1300 Proberöhrchen bei uns im Labor ein.“

**Michaela Kipping**  
Laborleiterin

erstellt. Eine Fachkraft klebt es auf das Röhrchen und nimmt dem Patienten Blut ab. Dann überprüft sie durch mündliche Befragung und Abgleich mit dem Patientenidentifikationsarmband, ob die Angaben übereinstimmen: „Das ist unerlässlich. Denn so vermeiden wir, dass Proben vertauscht werden“, erklärt Michaela Kipping. Erst dann bringt die Fachkraft das Röhrchen, die sogenannte Monovette, zur Analyse

ins Labor. Blutproben aus dem Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg werden in speziellen Behältnissen mit einem Kurier nach Siegen transportiert. Dank präziser Angaben auf dem Barcode ist jeder Schritt, den die Blutprobe durchläuft, nachvollziehbar. Im Labor angekommen, scannt ein Mitarbeiter die Monovette ein und lässt den Inhalt in verschiedenen Analysegeräten überprüfen.

Bei auffälligen Messwerten im Blutbild erfolgt ein Ausstrich, der anschließend unter einem Mikroskop untersucht wird. Dazu wird Blut zwischen zwei Objektträgern aufgetragen und angefärbt. So wird die Gestalt der weißen Blutkörperchen sichtbar. An einem der Mikroskope im Labor betrachtet MTLA Sanja Supljic-Knez einen solchen Ausstrich. Der Blick durch die Linse zeigt kleine und große sowie lila und rosa gefärbte Zellen. Die Mitarbeiterin zählt jede einzelne von ihnen und erkennt auch, wenn sie eine andere Form als normal aufweisen. Dazu benutzt sie einen Handzähler, dessen Taste sie betätigt, ohne ihre Augen vom Mikroskop abzuwenden. Sind die Werte auffällig, kontaktiert sie umgehend den zuständigen Arzt. Stellt sie nichts Abweichendes fest, wird das Ergebnis geprüft, für gültig erklärt und im Krankenhausinformationssystem gespeichert, sodass der Arzt es sofort einsehen kann. Laborleiterin Michaela Kipping betont: „Die Ergebnisse des Labors werden erst zum Befund, wenn ein Arzt sie bewertet und mit seiner Untersuchung abgestimmt hat.“ Früher wurde die Beurteilung der Zellen mit dem Mikroskop durchgeführt. Heutzutage übernehmen

In Monovetten wird das Blut nach der Abnahme transportiert und im Labor analysiert. Dort angekommen, scannt ein Mitarbeiter die Proben, um benötigte Werte und Informationen zum Patienten zu erfahren.



µg/  
mmol/l  
µg/dL  
mg/dL

hochmoderne Automaten einen Großteil der Arbeit. Sanja Supljic-Knez hebt den Kopf: „Die Arbeit mit dem Mikroskop macht immer noch am meisten Spaß. Die einzelnen Bestandteile des Blutbildes vergrößert zu sehen, ist beeindruckend.“

Apropos Blut: Als lebenswichtige Flüssigkeit transportiert es Sauerstoff von der Lunge zu den Organen und bringt Hormone, Nähr- und Abfallstoffe an die Stellen im Körper, an denen sie benötigt werden. Außerdem kann es erste Hinweise auf Krankheiten wie zum Beispiel Infektionen, Blutarmut, Entzündungen oder Blutkrebs geben. Dazu fertigen die Mitarbeiter Blutbilder an. „Für ein kleines Blutbild benötigen wir rund fünf Minuten. Ein großes Blutbild dauert eine halbe Stunde“, sagt Michaela Kipping. In einem kleinen Blutbild wer-

„Die Arbeit mit dem Mikroskop macht immer noch am meisten Spaß.“

**Sanja Supljic-Knez**  
MTLA

tes Differentialblutbild. Darin werden die verschiedenen Arten der weißen Blutkörperchen untersucht. „Der Arzt bekommt dadurch noch genauere Angaben und kann Auffälligkeiten im Blutbild näher untersuchen lassen“, erklärt Michaela Kipping. Kleines Blutbild und Differentialblutbild ergeben zusammen das große Blutbild.

Die im Differentialblutbild untersuchten weißen Blutkörperchen setzen sich aus drei Arten zusammen: Granulozyten, Lymphozyten und Monozyten. Gemeinsam haben sie die Aufgabe, Krankheitserreger zu erkennen und abzuwehren. Einen Großteil der weißen Blutkörperchen machen die Granulozyten aus, die ebenfalls aus verschiedenen Arten bestehen. Sie sind für die Abwehr von Infektionen wichtig. Unter dem Mikroskop sind sie durch Anfärben als fast durchsichtige, blaue und rote Zellen zu erkennen. Für die Bekämpfung von Parasiten und Würmern sind vor allem blau gefärbte basophile und rote



Das Labor ist auch für die transfusionsmedizinische Versorgung des Klinikums verantwortlich. MTLA Mirjam Klein zeigt eine von vielen Konserven aus dem Blutdepot.



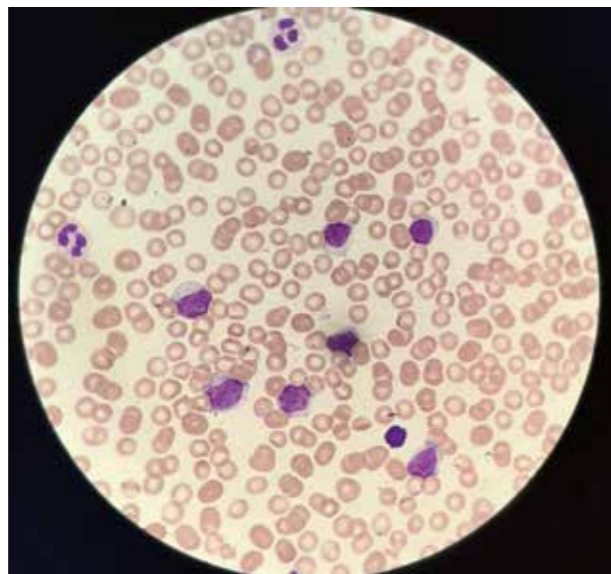
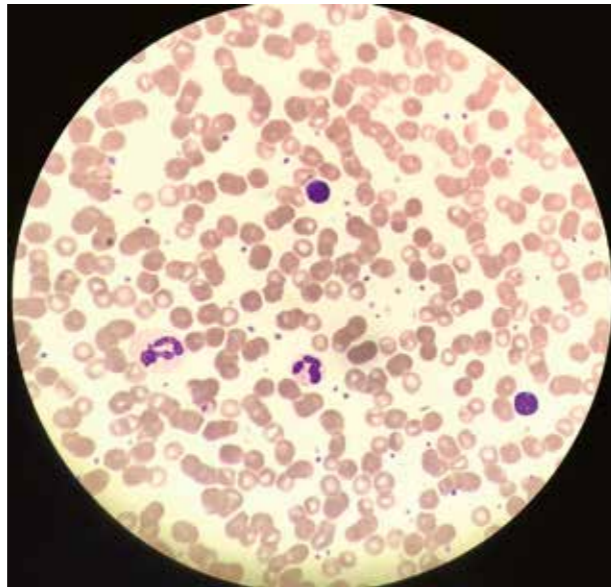
eosinophile Granulozyten verantwortlich. Ihre Bezeichnungen stammen von den basischen Substanzen in den basophilen Zellen sowie von der roten Farbe, den der Stoff Eosin an die eosinophilen Granulozyten abgibt. Neutrophile Granulozyten nehmen wenig Farbe an und bleiben nahezu durchsichtig und neutral. Von dieser Eigenschaft haben sie auch ihren Namen. Sie töten unter anderem Mikroorganismen wie zum Beispiel Bakterien. Zu wenige oder zu viele weiße Blutkörperchen geben dem Arzt Hinweise auf die Art der Krankheit: Infektionen oder Entzündungen lassen die Anzahl der Leukozyten ansteigen. Akute Blinddarmentzündungen oder Rheuma zeigen sich zum Beispiel an erhöhten Werten. Eine zu geringe Anzahl von Leukozyten kann ein Hinweis auf eine Virusinfektion sein. Die Ergebnisse der Blutbilder werden mit den Werten eines Referenzbereiches verglichen. Er enthält Normwerte, die sich auf Geschlecht und Alter beziehen.

Getrennt von Analysegeräten und Mikroskopen steht ein spezieller Kühlschrank. MTLA Mirjam Klein öffnet die Tür und holt eine Blutkonserve raus: „Im Zentral-OP wird Blut benötigt.“ Um Patienten mit Blut zu versorgen, verfügt das Labor über ein Depot. In ihm werden nach Blutgruppen sortierte Blut- und Plasmakonserven qualitätsüberwacht aufbewahrt. Die Konserven enthalten rote Blutkörperchen, die von anderen Bestandteilen des Blutes getrennt wurden. Bei einer konstanten Temperatur von vier Grad bleiben sie bis zu 42 Tage haltbar. Durch Zentrifugation des Blutes wird Plasma gewonnen, das im Körper als Transportmittel

„Die Ergebnisse des Labors werden erst zum Befund, wenn ein Arzt sie bewertet und mit seiner Untersuchung abgestimmt hat.“

**Michaela Kipping**  
Laborleiterin

von Substanzen dient. Es wird unter anderem bei Gerinnungsstörungen oder großen Blutverlusten transfundiert. Mirjam Klein nimmt den Deckel einer Styropor-Box ab und zeigt auf eine Konserve, die gelbliche, klare Flüssigkeit enthält: „Das Thrombozytenkonzentrat ist gerade eingetroffen und immer eine



Blutbild eines gesunden Menschen: Das Mikroskop zeigt die Verteilung von roten (rosa gefärbte Zellen) und weißen Blutkörperchen (große lila gefärbte Zellen) sowie einigen Blutplättchen (kleine lila gefärbte Zellen).

Blutbild eines an chronischer lymphatischer Leukämie erkrankten Menschen: Die weißen Blutkörperchen (große lila gefärbte Zellen) sind unnatürlich erhöht.

kleine Besonderheit, weil es nur sehr kurz haltbar ist und seltener verwendet wird.“ Blutplättchen werden zum Beispiel Leukämiepatienten übertragen, denn bei ihnen werden diese nicht mehr nachgebildet. Konserven mit roten Blutkörperchen werden täglich gebraucht. Benötigt ein Patient eine Bluttransfusion, wird eine Verträglichkeitsprobe gemacht, um festzustellen, ob das Spenderblut zum Patienten passt.

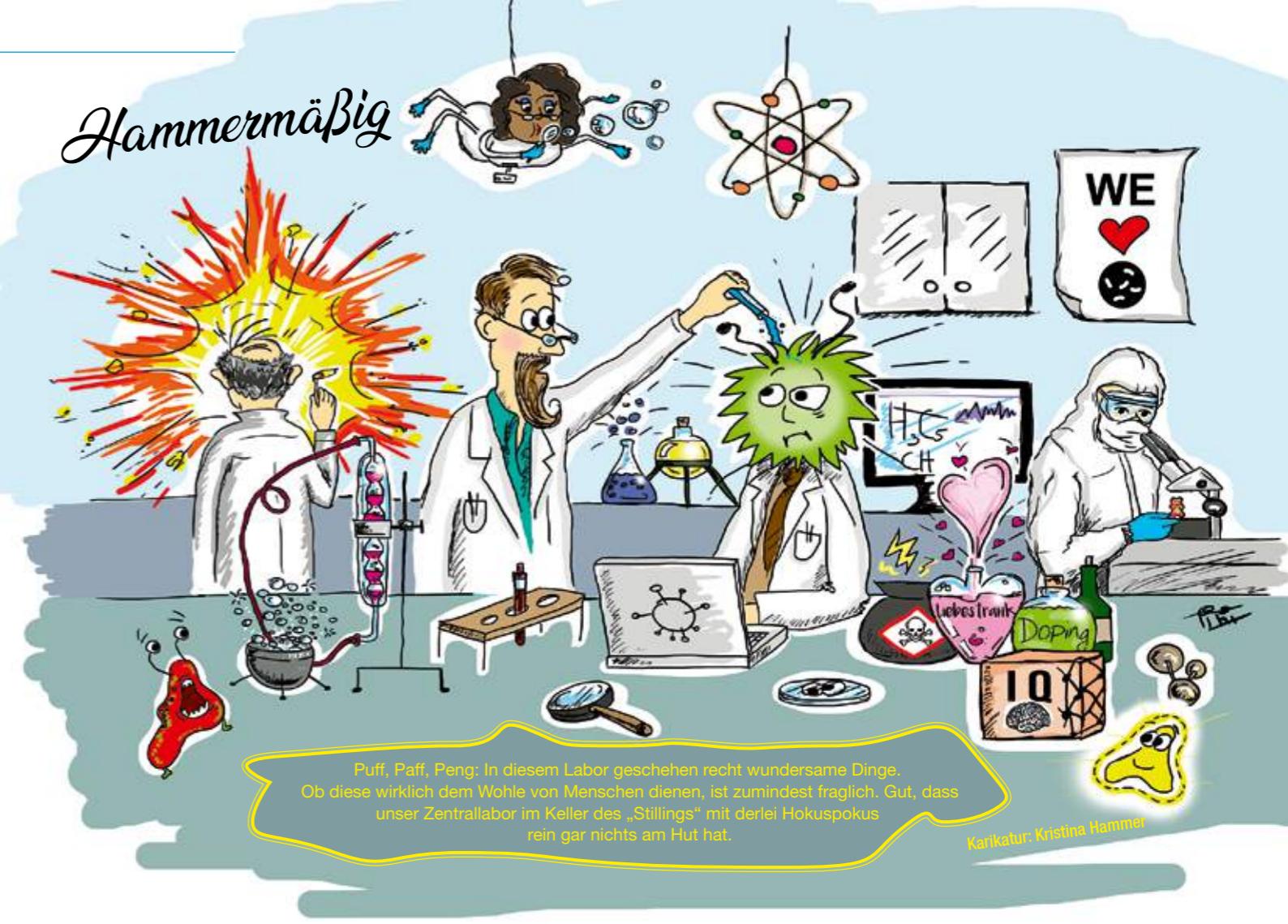
Dazu testen die Labormitarbeiter die Verträglichkeit der verschiedenen Blutgruppen und Rhesus-Faktoren. Rote Blutkörperchen des Spenders werden mit Blutplasma vom Empfänger zusammengebracht. Verklumpen dabei die roten Blutkörperchen, ist das Spenderblut ungeeignet. „Werden im Notfall Blutkonserven benötigt, bleibt oft keine Zeit

für eine Verträglichkeitsprobe. In dem Fall kann das Universalspenderblut der Blutgruppe 0negativ verwendet werden“, weiß die Laborleiterin. „Wir achten sehr darauf, dass möglichst blutgruppengleiche Transfusionen vorgenommen werden.“

Die Aufgaben der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Zentrallabor sind komplex, vielfältig, abwechslungsreich und für die Menschen vor allem eines: sehr wichtig. Michaela Kipping: „Im Gegensatz zu den Ärzten und den Pflegekräften kennen wir zwar kein Gesicht. Aber trotzdem sind wir nah am Patienten.“ So ist es. Denn das Zentrallabor unten im Keller des Diakonie Klinikums Jung-Stilling leistet einen wertvollen Beitrag, um die Patienten bestmöglich zu versorgen.

Nina Becker

# Hammermäßig



Puff, Paff, Peng: In diesem Labor geschehen recht wundersame Dinge. Ob diese wirklich dem Wohle von Menschen dienen, ist zumindest fraglich. Gut, dass unser Zentrallabor im Keller des „Stillings“ mit derlei Hokuspokus rein gar nichts am Hut hat.

Karikatur: Kristina Hammer

## Pippi Langstrumpf als kommunikatives Vorbild

Psychologie: Die Stolperfallen des eigenen Ichs

„Zwei Seelen wohnen, ach, in meiner Brust!“. Dem Faustschen Dilemma widmete sich das „Siegener Forum Gesundheit“ in der Cafeteria des Diakonie Klinikums Jung-Stilling. Dabei stellte die freiberufliche Kommunikations- und Betriebspsychologin, Mediatorin und Kommunikationsberaterin sowie Marketing- und Selbsthilfebeauftragte, Heike Henrichs-Neuser heraus, dass schon die Kommunikation mit dem eigenen Ich viele Stolperfallen birgt. Dies führe oftmals zu Spannungen im kommunikativen Umfeld, also in der Familie, am Arbeitsplatz oder im Freundeskreis.

Ob beim Geschäftstermin, bei der Kindererziehung oder beim Streitgespräch mit dem Partner: Situationen, in denen kommunikative Grenzen erreicht werden, gibt es fast täglich. Dies spiegelte sich auch in den Erfahrungen der Zuhörer beim „Forum Gesundheit“ wieder. Da berichtete eine Seniorin vom jüngsten Treffen mit Freunden: „Da hat jemand eine Aussage getroffen, die ich völlig daneben fand. Ich habe aber nichts dazu gesagt, und mich dann zu Hause über mein Schweigen geärgert.“ Situationen wie diese sind es, die Heike Henrichs-Neuser auflösen möchte. „Wenn Sie sich über sich

selbst ärgern, schafft das Frust“, so die Psychologin. Und weiter: „Da kämpfen in Ihnen mehrere Stimmen gegeneinander an, eine rebellische, aber auch eine schüchterne, die Ihnen sagt, dass sich Widersprechen nicht gehört.“ Ihren Gästen gab die Kommunikationswissenschaftlerin deshalb Tipps mit auf den Weg, die dazu beitragen sollen, die unterschiedlichen Stimmen als „inneres Team“ zu vereinen. Nach frustrierenden Kommunikations-Situationen sei es hilfreich, das Erlebte aufzuschreiben. Damit starte der Prozess der Selbstreflexion. Dieser führe im Idealfall zur Auflösung der „kommunikativen Knoten“ und einer Änderung des eigenen Verhaltens bei künftigen Konflikten.

Dieser Lernprozess lasse sich aber natürlich nicht sofort von heute auf morgen herbeiführen. Einen Einblick in die Komplexität des Themas gewährte die Heike Henrichs-Neuser, indem sie einige Theorien, etwa die des Hamburger Psychologen Friedemann Schulz von Thun (geboren 1944) oder des Kommunikationswissenschaftlers Paul Watzlawick (1921-2007) vorstellte.

Die höchst komplexen, wissenschaftlichen Ansätze fasste die Referentin am Ende leicht verständlich zusammen: „Ziel muss es für jeden sein, eine Stimmigkeit mit dem Leben und dem eigenen Inneren zu finden – so, wie es uns Astrid Lindgrens Pippi Langstrumpf vormacht.“

(sg)



Kunst am Arbeitsplatz: Bilder von Iris Schnurr schmücken die Wände im Büro und erfreuen auch ihre Kollegen.

## Nach der Arbeit in die Welt der Farben eintauchen

**Hobby** Am Feierabend sehnt sich so mancher Mitarbeiter nach Entspannung und Ruhe. Iris Schnurr findet das in der Malerei. Die 52-jährige gelernte Arzthelferin geht ihrem Hobby am liebsten in Malkursen nach.

Der kleine Pinsel, eingetaucht in leuchtend rote Farbe, gleitet langsam über das Papier. Mit jedem Strich wird der Kamm des Hahns besser sichtbar. Kleine, große, weiße und graue Tupfen kleiden das Tier in ein Federgewand. Iris Schnurr strahlt Ruhe aus. Nicht nur beim Malen, sondern auch an ihrem Arbeitsplatz als Medizinische Schreibkraft der Unfallchirurgie im Diakonie Klinikum Jung-Stilling. Zuhause in Wilnsdorf sitzt sie nach der Arbeit gerne am Tisch in ihrer „Mal-Ecke“ und widmet sich ihrem Aquarell-Farbkasten. Papier, Leinwände, bunte Farben und verschiedene Pinsel lassen erahnen, dass hier Bilder entstehen. Schon als Kind saß sie gerne alleine im Esszimmer des Eltern-

hauses und malte, während die Familie im Wohnzimmer beisammen war und ihr immer mal wieder über die Schulter schaute. Eines ihrer ersten Werke war eine Bleistiftzeichnung. Als Vorlage diente das Passfoto ihres Vaters, das sie detailgenau nachzeichnete. Von wem sie die Kreativität geerbt hat, weiß sie selbst nicht. „Ich bin die einzige aus der Familie, die malt. Irgendwie steckt es von Kind an in mir drin.“ Heute entstehen bei Iris Schnurr zwar weniger Porträts von Personen als damals, dennoch sind ihre Gemälde nicht weniger aufwändig. Am liebsten malt sie Motive, die in der Natur zu finden sind. Blumen, Tiere, Landschaften, aber auch Gegenstände wie Flaschen oder Bücher zieren ihr Schaffen.

Ihren Stil hat Iris Schnurr in Aquarell-Malkursen, die von der Wilnsdorfer Künstlerin Regina Hruby geleitet werden, gefunden. Die dabei verwendeten Aquarell-Farben werden mit Wasser aufgelöst und gemischt. Da sie nicht deckend sind, lassen sie beim Auftragen den Untergrund leicht durchschimmern. Seit sieben Jahren

lässt sich Iris Schnurr einmal in der Woche von der Künstlerin inspirieren und lernt dabei immer wieder neue Techniken. Am liebsten malt sie locker

### STECKBRIEF

**NAME:** Iris Schnurr  
**ALTER:** 52  
**BERUF:** Medizinische Schreibkraft  
**ABTEILUNG:** Unfallchirurgie, Diakonie Klinikum Jung-Stilling  
**AUSBILDUNG:** Fachabitur, Arzthelferin  
**WOHNORT:** Wilnsdorf  
**FAMILIENSTAND:** verheiratet, eine Tochter  
**HOBBYS:** Malen, Lesen, Aikido

aus der Hand heraus, ein wenig abstrakt oder gestaltet mit Modelliermasse dreidimensionale Effekte auf ihre Bilder. „In den Malkursen kann ich vom Alltag abschalten. Dort herrscht immer eine entspannte und herzliche Atmosphäre“, erzählt Iris Schnurr mit leuchtenden Augen. Malerin Regina Hruby gibt der Gruppe ein Motiv vor und erklärt, mit welcher Technik das Bild gemalt werden kann. Gemeinsam sitzen die Teilnehmer an einem großen Tisch und fertigen ihre Werke an. Im Hintergrund läuft leise Musik. Wenn die Bilder fertig sind, werden sie in der Gruppe präsentiert und bewertet. „Es gibt oft große Unterschiede zwischen unseren Gemälden, denn jeder sieht das vorgegebene Motiv anders. Aber so können wir gut voneinander lernen“, erklärt die 52-Jährige. Ihre größte Kritikerin befindet sich aber innerhalb der eigenen Familie: „Meine Tochter sieht sofort, wenn die Perspektive im Bild nicht stimmt“, schmunzelt Iris Schnurr. Anfangs konnte sie die 21-Jährige noch für das Hobby begeistern und beide malten gemeinsam in ihrer Freizeit. Doch bedingt durch das Studium, mangelt es der Tochter nun an der notwendigen Zeit.

Wenn Iris Schnurr sich zuhause in ihre „Mal-Ecke“ setzt, dann malt sie gerne Motive aus dem eigenen Fundus. Fotos, ausgeschnitten aus Zeitschriften, oder Aufnahmen von der letzten Reise dienen als Vorlagen und werden für die nächsten Kunst-Projekte gesammelt. Mit den Jahren sind einige Gemälde zusammengekommen. „So viele Bilder kann ich zuhause gar nicht aufhängen. Da fehlt der Platz“, schmunzelt sie. Auf Facebook postet die Malerin gerne Fotos von ihren Bildern, andere verschenkt sie an Familie, Freunde und Kollegen. Ihr Lieblingsbild hängt bei ihrer Mutter im Flur. Es zeigt ein altes Sprossenfenster aus Holz. Auf dessen Sims steht eine Vase mit Zweigen eines Strauchs und einer abgebrannten Kerze. Die Farben rostrot und blau lassen das Bild antik wirken.

Auch Iris Schnurrs Kolleginnen sind von dem Hobby begeistert. Sie begegnen ihren Bildern täglich auf der Arbeit, da sie die Wände im Büro und im Flur schmücken und eine gute Arbeitsatmosphäre schaffen. Seit nunmehr 30 Jahren arbeitet Iris Schnurr im Diakonie Klinikum Jung-Stilling. Nach der



Mit Pinsel und leuchtenden Aquarellfarben erschafft Iris Schnurr Kunstwerke auf Papier.

Ausbildung zur Arzthelferin bei einem Augenarzt in Siegen arbeitete sie in der Fachabteilung für Innere Medizin. Dort übernahm sie neben Schreibarbeiten auch zeitweise Aufgaben im

„In den Malkursen kann ich vom Alltag abschalten.“

Sekretariat. Vor einem Jahr wechselte sie in die Unfallchirurgie und zog damit auch in ein anderes Büro um. Dort erstellt sie unter anderem Arztberichte. Ihr freundliches Wesen spiegelt sich in ihren Gemälden wider. Das Kunstwerk an der Wand gegenüber

ihres Schreibtisches zeigt ein weißes Herz auf dunkelgrünem Untergrund, das sie mit einer besonderen Technik gestaltete. Tapetenkleister wurde mit Farbe gemischt und mit einer alten Kreditkarte auf eine Leinwand aufgetragen. Dadurch entstehen feine und grobe Linien, die das Motiv plastisch und dreidimensional wirken lassen.

Iris Schnurr ist froh, dass sie auch im Berufsleben Menschen mit ihren Bildern eine Freude bereiten kann, denn sie steckt viel Mühe, Akribie und Zeit in ihre Arbeiten. Nachdenklich schaut sie auf das Gemälde an der Wand: „Ein großer Traum wäre, meine Bilder auch einmal auf einer Ausstellung zeigen zu dürfen.“

Nina Becker



Als Medizinische Schreibkraft in der Unfallchirurgie des Diakonie Klinikums Jung-Stilling schreibt Iris Schnurr unter anderem Arztberichte.



# Atem(be)raubend: Gut vorbereitet fürs Hochgebirge

**Höhenkrankheit** Um spektakuläre Ausblicke, Naturwunder und Ruhe zu genießen, lockt es Urlauber gerne hoch hinaus. Ob mit der Seilbahn oder zu Fuß: In Höhen ab 2500 Metern über dem Meeresspiegel kann es für den menschlichen Körper unangenehm und gefährlich werden. Berg- und Expeditionsmediziner Professor Dr. Veit Braun erklärt, was Reisende dagegen tun oder lassen sollten.

Wer etwas über die Höhenkrankheit hört, denkt oft gleich an den Mount Everest in Nepal, den mit 8848 Metern höchsten Berg der Erde, oder andere Achttausender im Himalaya (Asien). Jedoch können Urlauber auch schon in den Alpen ab einer Höhe von 2500 Metern über dem Meeresspiegel erkranken. Dem Komplex aus unterschiedlichen Beschwerden kann aber durch eine frühzeitige Vorbereitung und durch ein paar einfache Regeln begegnet werden. Professor Dr. Veit Braun: „Der Mensch nimmt mit zunehmender Höhe weniger Sauerstoff auf, da der Luftdruck immer geringer wird.“ Auf Meereshöhe beträgt der Luftdruck 100 Prozent, in 5000 Metern Höhe nur noch etwa die Hälfte und ganz weit oben wie auf dem Mount Everest bloß 30 Prozent. Die Lunge nimmt demnach weniger Sauerstoff auf als im Flachland. Der Chefarzt der Neurochirurgie im Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen erklärt, dass der Körper und vor allem das Gehirn in der Folge vermindert durchblutet werden. Um den Sauerstoffmangel auszugleichen, beschleunigen sich die Atmung und der Herzschlag. Für den Körper bedeutet das eine Stresssituation, da er mangelhaft an die ungewohnte Gegend angepasst ist.

## Den Körper schulen

Der Höhenkrankheit lässt sich vorbeugen, indem der Körper langsam an die

Höhe gewöhnt wird. „Entscheidend ist, sich gut vorzubereiten. Und dafür braucht es Zeit“, sagt Braun. Der Experte rät, sich mindestens ein halbes Jahr zuvor zu akklimatisieren. Das bedeutet, sich auf die bevorstehende Reise einzustellen. „Wer beispielsweise auf den Kilimandscharo im afrikanischen

„*Entscheidend ist, sich gut vorzubereiten. Und dafür braucht es Zeit.*“

Tansania mit 5985 Metern Höhe möchte, sollte sich vorher auf niedrigere Höhen wie die Alpen begeben.“ Laut Prof. Dr. Braun reichen vorab zwei bis drei Touren. „Und dabei muss unbedingt auf Höhen um 3000 Meter oder mehr Übernachtet werden.“

## Langsam aufsteigen

Ab 2500 Metern über dem Meer rät der Mediziner, pro Tag maximal zwischen 300 bis 500 Höhenmeter bis zur nächsten Schlafhöhe aufzusteigen. Es gilt die Regel: Hoch steigen, tief schlafen. Das bedeutet, ein Lager auch nicht gleich zu beziehen, sondern etwas weiter aufzusteigen, um anschließend wieder zum geplanten Schlafplatz abzusteigen. „Reisende können sich ein vernünftiges Wandern in den Bergen als eine Art Kurve vorstellen, die hoch, wieder herunter und nach und nach immer höher verläuft“, schildert Braun. Auch Profi-

oder Hobbybergsteiger sollten sich zur eigenen Sicherheit an diesem Verlauf orientieren. Denn für sie bestehe unvorbereitet ebenfalls die Gefahr, einen lebensbedrohlichen Sauerstoffmangel zu erleiden. Außerdem wichtig ist ein angemessenes Geh-Tempo, bei dem sich der Körper an die klimatischen Verhältnisse anpassen kann. Wer langsamer geht, kommt laut Braun weiter. Ferner ist es während Bergtouren maßgebend, täglich drei Liter Flüssigkeit zu trinken.

## Bei Beschwerden handeln

Eine Höhenverträglichkeit kann nicht durch eine ärztliche Untersuchung festgestellt werden. Deshalb gilt, den Körper auf die Reise einzustellen. „Wer bereits höhenkrank war, hat ein deutlich höheres Risiko, erneut an den Beschwerden zu leiden.“ Die Krankheit äußert sich zu Beginn meist durch leichte Kopfschmerzen, Übelkeit, Fieber und Appetitlosigkeit. Schmerzmittel und Brechreizhemmer können meist helfen. Bessert sich der Zustand nach einem Ruhetag, kann ein weiterer Aufstieg versucht werden. Schreitet die Krankheit voran, können sich stärkere Kopfschmerzen, Atemnot, Herzrasen, Erbrechen und Schwindel einstellen. „Dann sollten Reisende keinesfalls höher, sondern herunter steigen“, betont Braun. Kommt es zu Bewusstlosigkeit, Halluzinationen, Gefühlsstörungen, vermehrtem Harndrang und rasselndem Atmen, müssen Betroffene sofort mit Hilfe von mindestens 500 Meter absteigen. Denn

es besteht die Gefahr, dass sich Wasser in Lunge oder Gehirn ansammelt, was tödlich enden kann.

## Reiseapotheke einpacken

Vorbeugen ist wie so oft besser als Heilen. Wie für jede längere Reise, sollten auch für den Bergurlaub wichtige Medikamente mitgeführt werden. Ein erfahrener Arzt kann individuell geeignete Medizin empfehlen, um sie bei Beschwerden einzunehmen. Je nachdem wohin die Reise geht, können auch vorherige Impfungen erforderlich werden. Deshalb gilt, eine Reise in Hochgebirge lange genug im Voraus zu planen.

## Kinder schützen

Ob mal eben mit der Seilbahn, mit dem Helikopter oder zu Fuß: „Höhen von

mehr als 2500 Metern sollten für Kleinkinder Tabu sein“, warnt Braun. Zum einen können sie mögliche Beschwerden nicht genau ausdrücken, zum anderen passen sie sich schlechter an ein verändertes Klima an als Erwachsene. „In großen Höhen wie in La Paz in Bolivien besteht ein erhöhtes Risiko für einen plötzlichen Kindstod“, so der Experte.

## Bei Tagesausflug unbesorgt sein

Ein Tagesausflug in höhere Gebirge ist generell ohne Probleme möglich. „Wer mit der Seilbahn auf Klein Matterhorn (Walliser Alpen) mit knapp 4000 Metern Höhe fährt und am selben Tag wieder zurück ins Tal kommt, braucht sich vor der Höhenkrankheit nicht fürchten.“ Denn bis sie eintrete, dauere es in aller Regel 24 Stunden. **Blazenka Sokolova**



Hoch oben auf der Kanareninsel Teneriffa: Die Berghütte Altavista liegt auf dem Vulkan Teide. Er ist mit 3718 Metern der höchste Berg Spaniens.

## Wussten Sie schon, dass...

...Professor Dr. Veit Braun über die international anerkannte Qualifikation für Berg- und Expeditionsmedizin verfügt? In seiner Höhenmedizinischen Sprechstunde im Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen können sich Bergbegeisterte vor ihrer Reise beraten lassen und erfahren, wie sie ihr gesundheitliches Risiko im Urlaub minimieren können und was in die Reiseapotheke gehört. Wichtig ist, zu dem Termin eine Liste mit den geplanten Strecken sowie den Impfpässen mitzubringen. Ferner ist der Chefarzt der Neurochirurgie selbst passionierter Bergsteiger und zwei Mal jährlich auf den Höhenzügen der Erde unterwegs.

## Höhenkrankheit erkennen und entsprechend handeln

Eine Höhenkrankheit kann jeden treffen und sollte nicht unterschätzt werden. Treten gewisse Leitsymptome auf, ist schnelles Handeln maßgebend. Hier ein paar Tipps, was bei bestimmten Anzeichen im Hochgebirge zu tun ist, um gesundheitliche Risiken zu meiden.

### Frühzeichen:

leichte Kopfschmerzen, Übelkeit, Appetitlosigkeit, Schwindel

**Ziel:** Körper während einer Pause entlasten und erst weiter aufsteigen, wenn Symptome abgeklungen sind

### Warnzeichen:

schwere Kopfschmerzen, Atemnot bei Anstrengung, unsicheres Gehen, Herzrasen, Erbrechen

**Ziel:** sofort absteigen (mindestens 500 Höhenmeter)

### Alarmzeichen:

bewusstloser oder halluzinierender Patient, Gefühlsstörungen, Schwach-sichtigkeit, rasselndes Atmen

**Ziel:** aufgrund von Lebensgefahr sofort absteigen (mindestens 900 Höhenmeter)

# Für eine neue Zeit benötigt auch der Körper etwas Zeit

**Schlafmedizin** In zwei Jahren soll der 1980 eingeführte Wechsel von Winter- auf Sommerzeit und umgekehrt ein Ende haben. Vor allem im Frühjahr fällt es Menschen schwer, sich an die Stunde weniger zu gewöhnen. Experte Dr. Rainer Grübener aus dem Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg weiß: Mit ein paar Tipps lassen sich Schlafprobleme, Konzentrationsschwierigkeiten und Müdigkeit vorbeugen.

Nicht jeder schätzt die geschenkte Stunde im Winter oder freut sich, wenn es im Sommer später dunkel wird. Denn bei der Zeitumstellung gerät die innere Uhr des Menschen, der Biorhythmus, aus dem Takt. Und das kann sich im Alltag negativ bemerkbar machen. Ähnlich wie nach einem Langstreckenflug kann sich nach einer Zeitumstellung ein Mini-Jetlag einschleichen. Gemeint ist ein gestörter Schlaf-Wach-Rhythmus. Betroffene sind dann oft müde und gereizt, zudem fällt es ihnen schwer, sich zu konzentrieren.

**Innere Uhr macht nicht mit** Schlafexperte Dr. Rainer Grübener, Chefarzt der Inneren Medizin im Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg, erklärt: „Sicher, gestellt ist es noch nicht, ob sich die Zeitumstellung von einer Stunde gesundheitlich negativ auswirkt.“ Im Vordergrund stünde eher ein gestörtes Allgemeinbefinden. Denn der Mensch ist an den naturgegebenen Tag-Nacht-Rhythmus angepasst. So wird der Schlaf durch innere und äußere Einflüsse bestimmt. Innere Faktoren sind beispielsweise Hormone, die Körpertemperatur und der Elektrolythaushalt (Verteilung von u.a. Kalium, Magnesium, Natrium). Das Tageslicht ist der wichtigste äußere Taktgeber.

Dabei läuft Folgendes ab: Bricht Dunkelheit ein, wird das Gehirn dazu angeregt, das Hormon Melatonin auszuschütten. Infolgedessen wird der Mensch müde. Bei Tagesanbruch hingegen sinkt der Melatonin-Spiegel im Blut und der Körper macht sich bereit, wach zu werden. Steht im Frühjahr und Herbst die Zeitumstellung an, verschiebt sich der Tagesablauf um eine Stunde.

*„Maximal nach einer Woche hat sich der Rhythmus in aller Regel angepasst.“*

de. Die biologische Uhr gerät in der Folge durcheinander, da sich der Körper noch an den bisherigen Gewohnheiten orientiert. „Einige schlafen dann schlechter ein oder schwieriger durch“, so der Experte. Dennoch kann sich der Körper schnell an den veränderten Zustand gewöhnen. „Maximal nach einer Woche hat sich der Rhythmus in aller Regel angepasst“, erklärt Grübener.

## Die Zeitumstellung überstehen

Der Chefarzt für Innere Medizin weiß, dass der Wechsel von der Winter- auf die Sommerzeit problematischer empfunden wird als umgekehrt. „Das liegt daran, dass dem Körper in der Nacht eine Stunde Schlaf fehlt.“ Im Herbst wiederum kommt mehr Schlaf hinzu. „Wem die verschobene Stunde im Sommer zu schaffen macht, kann versuchen, eine Woche, bevor an den Zeigern gedreht wird, jeden Tag zehn Minuten früher schlafen zu gehen.“ Wer also normalerweise um 22 Uhr zu Bett geht, legt sich am ersten Tag um 21.50 Uhr hin, am Abend danach um 21.40 Uhr, dann um 21.30 Uhr und so weiter. So kann sich der Körper langsam an

einen anderen Schlafrhythmus gewöhnen. Für eine angenehmere Nachtruhe empfiehlt Grübener vor allem die sogenannte Schlafhygiene zu beachten. Das heißt, helles Licht vor dem Zubettgehen zu meiden sowie Fernseher, Smartphone und Tablet aus dem Schlafzimmer zu verbannen. „Das blaue Licht der Elektrogeräte signalisiert dem Körper noch wach zu bleiben.“ Ideal zum Schlafen sei eine Zimmertemperatur von 18 Grad sowie ein möglichst geräuschfreier Schlafraum.

## Bei gestörtem Schlaf helfen lassen

Welche gesundheitlichen Folgen die Zeitumstellung tatsächlich auslöst, ist laut Grübener wissenschaftlich noch nicht ausreichend belegt. Ihm zufolge durch Studien bestätigt ist, dass in den ersten Tagen nach der Zeitumstellung die Risiken für Herzinfarkte und Verkehrsunfälle statistisch erhöht sind. Ferner kann sich mangelnder Schlaf, ob aufgrund von Zeitumstellung oder bedingt durch andere Ursachen, und eine daraus folgende Tagesmüdigkeit negativ auf Psyche und Leistungsfähigkeit auswirken. Im Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg behandelt der Schlafexperte Patienten, die tagsüber müde und schläfrig sind, sich nicht gut konzentrieren können, laut schnarchen und unregelmäßig schlafen. In dem Krankenhaus steht dafür ein modernes Schlaflabor bereit. Dort überwachen die Mediziner während ein oder zwei Nächten den Schlaf, um eine Diagnose zu stellen. Registriert werden dafür zahlreiche körpereigene Signale wie Hirnströme, Augenbewegungen und der Atemfluss an Nase und

Mund. Der Schwerpunkt der Abteilung liegt in schlafbezogenen Atemregulationsstörungen (Schlafapnoe-Syndrom). Verbunden mit Schnarchen kommt es dabei während des Schlafs zu Atemaussetzern. Demzufolge kommt kein Sauerstoff mehr ins Blut, Puls und Blutdruck sinken. Aufgrund dessen schlägt das Gehirn Alarm und der Schlaf wird

unterbrochen. Betroffene fühlen sich dann tagsüber oft schlapp, sind unkonzentriert, müde und weniger leistungsfähig. Ein erhöhtes Risiko für Schlafapnoe haben Menschen mit Übergewicht, Bluthochdruck und gestörtem Stoffwechsel. Auch nimmt die Gefahr mit steigendem Alter zu. Männer sind eher betroffen als Frauen. **Blazenka Sokolova**

## TIPP:



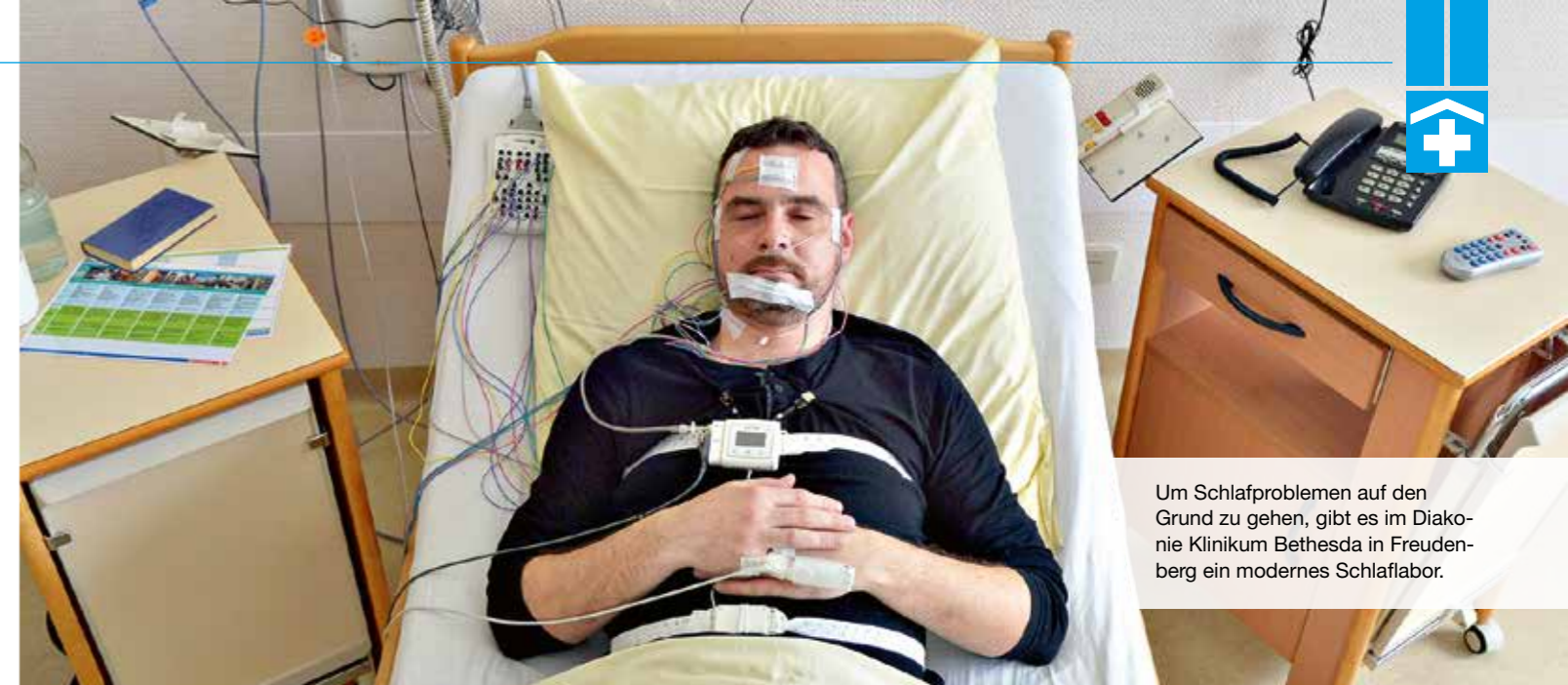
### Uhrzeiger richtig umstellen

Werden die Uhrzeiger vor oder zurück gedreht? Eine Frage, die halbjährlich so oft gestellt wird. Beantwortet werden kann sie mit einer Eselsbrücke: Im Sommer werden die Gartenmöbel vor das Haus und so auch die Uhrzeiger eine Stunde nach vorne gestellt. Im Winter kommen Bänke und Co. zurück in den Schuppen. Die Zeiger werden also zurück gedreht. Die beiden Tage dafür sind in Deutschland genau festgelegt. An jedem letzten Sonntag im März wird die Sommerzeit eingeläutet, am letzten Wochenende im Oktober geht es zurück zur Winterzeit.

### Keine Zeitumstellung mehr?

Aller Voraussicht nach hat das Drehen an der Uhr im Oktober 2021 ein Ende. Im März entschied das EU-Parlament in Straßburg, die Zeitumstellungen zu beenden. Jeder EU-Mitgliedsstaat soll selbst entscheiden dürfen, ob er dauerhaft die Winter- oder die Sommerzeit in seinem Land haben möchte.

**Die nächste Umstellung** erfolgt zum Ende der Sommerzeit am Sonntag, 27. Oktober 2019. Dann werden die Zeiger nachts von 3 auf 2 Uhr zurückgestellt.



Um Schlafproblemen auf den Grund zu gehen, gibt es im Diakonie Klinikum Bethesda in Freudenberg ein modernes Schlaflabor.

# Wo Sauberkeit viel mehr als nur ein Wort ist

**Reinigung** Sauber und ordentlich muss es sein. Dann ist Elena Gadelmaier mit ihrem Arbeitstag zufrieden. Die 50-Jährige hat die Objektleitung Reinigung bei der SI-Cleanservice GmbH inne. Von ihrem Büro aus steuert sie seit 15 Jahren ein Großaufgebot an Fachpersonal.

**W**er Elena Gadelmaier sucht, muss erst einmal viele Treppen nehmen. „Wir treffen uns in Keller 2“, ist die Ansage. Es geht nach unten. Quasi in den Bauch des Diakonie Klinikums Jung-Stilling – und dann zweimal links. Tageslicht gibt es hier nicht. Die Flure sind sauber und aufgeräumt. Wie könnte es anders sein. Reinigungswagen stehen herum. Jeder hat einen „Parkplatz“, beschriftet mit dem jeweiligen Einsatzort.

Es ist 8.30 Uhr. Elena Gadelmaier hat schon „die erste Schicht“ hinter sich. Ihr Arbeitstag beginnt nicht im Klinikum, sondern meist mit einem Außentermin: „In einem unserer Altenheime zum Beispiel“, erklärt sie – und öffnet die Tür zu ihrem Büro. Hier sieht



Hübsch bunt sind die Reinigungswagen. Aus gutem Grund: Jede Farbe steht für einen speziellen „Einsatzort“. In Keller 2 des Diakonie Klinikums Jung-Stilling werden die Utensilien gelagert.

es nach Arbeit aus. Kleine Notizzettel pinnen vor dem Telefon. Hinter ihr, an der Wand, hängen Schichtpläne, Telefonnummern, Adressen, Kontaktdaten. Alles griffbereit. In Sichtnähe. 158 Mitarbeiter zählt das Team von der SI-Cleanservice GmbH. „Ich kenne alle beim Namen“, sagt die Objektleiterin. Heute tritt eine neue Mitarbeiterin ihren

Dienst an. Dieser beginnt mit dem Einkleiden – und einem kleinen Problem. Hosen sind im Bekleidungsschrank nur noch in Größe S vorhanden. „Da müssen Sie wohl abnehmen“, scherzt Gadelmaier.

• *Qualität kommt eben nicht von alleine. Wir müssen täglich daran arbeiten. Für unsere Kunden, aber auch für unsere Mitarbeiter.* •

**Elena Gadelmaier**  
Objektleitung SI-Cleanservice

er, bevor sie aus der Ecke einer anderen Schublade das passende Beinkleid hervorholt. Die „Neue“ ist startklar – und wird von ihren bereits wartenden Kolleginnen in Empfang genommen. Die ersten Tage werden sie ihr noch zur Seite stehen. Denn: „In diesem Labyrinth hier findet sich niemand auf Anhieb zurecht“, weiß Gadelmaier aus Erfahrung. Sie hat ihren Job von der Pike auf gelernt. Vor rund 30 Jahren kam die



Fragen stellen ausdrücklich erwünscht: Elena Gadelmaier (links) klärt eine Mitarbeiterin über die korrekte Putzmittel-Dosierung auf.

gebürtige Rumänin nach Deutschland – der Liebe wegen. Sie hatte bereits zwei Berufsabschlüsse in der Tasche, aber kaum Chancen, Arbeit zu bekommen: „Ich sprach ja kein Wort Deutsch.“ Und dann klappte es doch. Gadelmaier stieg bei einer Reinigungsfirma ein und lernte die fremde Sprache von den Kolleginnen „im Selbststudium“. Der Ehrgeiz ließ sie nicht los. Aus der Putzkolonne heraus arbeitete sich die 50-Jährige immer weiter nach oben. Bis heute. Jetzt ist sie Bezirksleiterin der Firma SI-Cleanservice GmbH, einer hundertprozentigen Tochtergesellschaft der Diakonie in Südwestfalen.

Am Schreibtisch klingelt jetzt das Telefon. Gadelmaier greift zum Hörer. Nach wenigen Sekunden runzelt sie die Stirn. „Dafür sind wir nicht zuständig. Aber ich kümmere mich“, verspricht sie dem Gegenüber am anderen Ende der Leitung und hängt auf. Das Problem: Aus einem der ärztlichen Bereitschaftszimmer ist ein privates Kopfkissen verschwunden. „Die fassen wir eigentlich nicht an“, sagt Gadelmaier. Dennoch: Sie ruft eine langjährige Mitarbeiterin und bittet sie, die Suche nach dem Kissen aufzunehmen. Aufgabe erledigt. Haken dran. Kurze Pause.

Es wartet noch genug Arbeit. „Es gibt Tage, da bündeln sich die Kleinigkeiten, bis du denkst, jetzt ist alles zu viel.“ Heute ist es etwas ruhiger. Elena Gadelmaier hat Zeit, auf den Stationen, auf denen das Personal am späten Vormittag unterwegs ist, nach dem Rech-



Auch die so genannte Bettenaufbereitung, also das Beziehen, fällt in den Aufgabenbereich von SI-Cleanservice.



„Am Ende deiner Schicht siehst du den Erfolg.“

„Organisation und Kontrolle, das ist immer wichtig“, sagt Elena Gadelmaier. Die Objektleiterin schaut oft persönlich an den Einsatzorten ihrer Mitarbeiterinnen vorbei.

ten zu sehen. Es geht links rum, rechts rum, mit dem Aufzug hoch und wieder raus. Im Vorbeigehen wird da ein an der Wand angeklebtes Hinweisschild neu fixiert. „Organisation und Kontrolle, das ist immer wichtig“, murmelt Gadelmaier. Denn: „Qualität kommt eben nicht von alleine. Wir müssen täglich daran arbeiten. Für unsere Kunden, aber auch für unsere Mitarbeiter“, fasst Gadelmaier zusammen.

**400**  
Wischmopps werden täglich bei SI-Cleanservice gewaschen

Einen barschen Ton muss allerdings niemand fürchten, der Besuch von der Objektleiterin bekommt. Egal, wo sie auftaucht, Gadelmaier wird herzlich begrüßt. Oftmals mit einer Umarmung, meist kombiniert mit einer Frage an sie, etwa, wie das neue Reinigungsmittel dosiert wird. Jeder Wagen, den die Reinigungskräfte mit sich führen, ist gleich bestückt. Mit Eimern, Putzuntensilien und Tüchern, alle bunt. Das hat einen guten Grund: Mit den roten Lappen werden die Toiletten geputzt, die blauen sind für alle Oberflächen da. Ein gelbes Tuch ist für die Duschen und Waschbecken gedacht. Alles im Sinne der Hygiene. Dazu sorgt sich Gadelmaier um die Arbeitssicherheit ihrer Kolleginnen: „Speziell die Handschuhe sind wichtig. „Denn es kommt auch mal vor, dass eine Spritze nicht so entsorgt wird, wie es sein sollte.“ Lande sie im

„normalen“ Müll, sei die Verletzungsgefahr für die Reinigungskräfte hoch. Das „Jung-Stilling“ ist der größte Einsatzort von SI-Cleanservice. 60 Mitarbeiter sind hier nahezu 24 Stunden am Tag unterwegs. Es gibt Schicht- und Notfallpläne: „Aber wir können heute alles noch so gut organisieren, morgen schaut dann alles ganz anders aus“, räumt Gadelmaier ein. Etwa dann, wenn eine Mitarbeiterin krank wird oder ein OP nach einem Notfalleingriff wieder hergerichtet werden muss. Da ist es nicht ungewöhnlich, dass nach Gadelmaiers Arbeitstag, der in den frühen Nachmittagsstunden zu Ende geht, auch zuhause das Diensttelefon läutet: „Aber das ist nicht schlimm. Wer mich ruft, der hat ein Problem – und dann muss ich helfen.“ Ihr Organisationstalent ist Gold wert: „Es ist in meinen 15 Jahren als Objektleiterin noch nie vorgekommen, dass wir unseren Plan nicht erfüllen konnten.“

Unterwegs ist Gadelmaiers Team in allen Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen, also in den beiden Kliniken, den Altenheimen und Medizinischen Versorgungszentren: „Aber es wird immer schwieriger, zuverlässiges Personal zu finden.“ Viele wollten einfach nicht putzen: „Mach dir deine Toiletten doch selber sauber“, dieser Satz fiel schon einmal bei einem Vorstellungsgespräch. Dabei ist die Arbeit, so Elena Gadelmaier, einfach sehr schön: „Am Ende deiner Schicht siehst du einen Erfolg – und du kommst mit vielen netten Menschen in Kontakt.“

Stefanie Goß



# Modernes Gebäude könnte 2020 fertig sein

## Ersatzneubau in Bad Laasphe: 24 Plätze, drei Wohngruppen und barrierefrei



Der Plan zeigt, wie der Ersatzneubau in Bad Laasphe aussehen wird.

Läuft alles nach Plan, könnte der Ersatzneubau für das August-Hermann-Francke-Haus bereits 2020 bezogen werden. Derzeit sieht es gut aus: Der Bauantrag wurde gestellt, die Finanzierung geklärt, die Fachplanung ausgeschrieben und zu einem guten Teil beauftragt. Die geplante Bauzeit soll 12 bis 15 Monate betragen. Das barrierefreie Gebäude in Bad Laasphe wird 24 Plätze und zwei

Krisenplätze für Menschen mit psychischen Erkrankungen erhalten. Aufgeteilt wird es in drei Gruppen, zu denen neben den Einzelzimmern mit Nasszellen (Toilette, Dusche, Waschbecken) jeweils eine Küche sowie ein Wohn- und Essbereich zählen. Jede Wohngruppe kann den Gartenbereich nutzen. Sieben Zimmer werden als Rollstuhlfahrerzimmer ausgeführt. Das Gebäude wird

auch über einen Aufzug verfügen. Ein Pflegebad, in dem auch umfangreichere Pflegemaßnahmen durchgeführt werden können, ist ebenfalls vorgesehen.

Hinzu kommt ein Tagesstrukturbereich mit drei Räumen plus einem zusätzlichen Sanitärbereich und Ruheraum. Der Tagesstrukturbereich wird für 20 Menschen (12 Plätze intern, 8 extern) ausgelegt. Zusätzlich wird sich dort angrenzend auch ein separater Mehrzweckraum für Veranstaltungen befinden. An den Ebenen 1 und 2 gibt es Balkone. Das gesamte Grundstück hat eine Größe von 4300 Quadratmetern, das Gebäude eine Wohn- und Nutzfläche von 1300 Quadratmetern. Die Baukosten sollen sich auf rund 3,4 Millionen Euro belaufen. Die Diakonie in Südwestfalen betreibt die Einrichtung seit 1996. Der Altbau wird so lange betrieben, bis der Neubau bezogen ist. Er soll später abgerissen werden. (niz)

## Karl-Heinz Striegl im (Un)-Ruhestand

Einen Wechsel an der Spitze der Ökumenischen Sozialstation Betzdorf-Kirchen hat es jetzt gegeben: Kerstin Steiger tritt in die Fußstapfen von Karl-Heinz Striegl. 30 Jahre lang war er Teil der Versorgungseinrichtung, die sich in Trägerschaft der Diakonie in Südwestfalen sowie des Fördervereins der Ökumenischen Sozialstation befindet. Nun geht Striegl in den Ruhestand. Doch so ganz der Arbeit den Rücken zukehren, das kann er nicht: Einige Stunden in der Woche hält er sich bereit, um Nachwuchskräfte anzulernen.

Deshalb gab es auch kein klassisches Abschiedsfest, sondern einen Patientennachmittag, bei dem Striegl mit guten Wünschen für die Zukunft bedacht wurde. 1995 übernahm er die Pflegedienstleitung in der Ökumenischen Sozialstation. „Diese Einrichtung wurde schon immer von Menschen geprägt. Von Menschen wie Ihnen“, lobte der Geschäftsführer der Ambulanten Diako-



Gute Wünsche für Karl-Heinz Striegl (2. von links) überbrachten ADD-Geschäftsführer Harry Feige, Striegls Nachfolgerin Kerstin Steiger und Abteilungsleiterin Heike Bauer (rechts).

nischen Dienste (ADD) Harry Feige seinen scheidenden Mitarbeiter. Er freute sich, Nachfolgerin Kerstin Steiger im Amt begrüßen zu können und wünschte ihr „viel Glück dabei, die großen Fußstapfen auszufüllen“. Auf die „Zeit des Neuanfangs“ ging auch der theologische Geschäftsführer der Diakonie in Südwestfalen, Pfarrer Jörn Contag, bei der Feierstunde in Betzdorf ein. Frei nach Eduard Möricke hatte er dabei den Frühling im Blick: „Diese Jahres-

zeit zeigt uns, dass es sich immer wieder lohnt, sich auf einen Neubeginn zu freuen.“

Für Striegl gab es auch Geschenke. Manche in Form von Gutscheinen und Blumen, andere waren musikalischer Art. Auftritte hatten die Mädchen und Jungen aus dem Kindergarten „Haus der kleinen Füße“ in Betzdorf sowie die Mitglieder der Seniorenanzgruppe „Heißer Reifen“ vorbereitet. (sg)

## „Zaubertisch“ im Haus Klotzbach

Magische Momente sind im Haus Klotzbach in Neunkirchen keine Seltenheit mehr: Eine Spende machte den Kauf einer „Tovertafel“ – zu Deutsch: Zaubertisch – möglich. Ein Knopfdruck reicht nun aus, um im Wohnzimmer der Bewohner ein virtuelles Feuerwerk abzuschließen oder den Esstisch in einen Haufen Herbstlaub zu verwandeln.

Interaktive Spielelemente, wie etwa Blätter, Bälle oder Blumen, werden mit Hilfe von Licht auf einen Tisch projiziert. Die Spieler wischen dann per Hand das Laub zusammen, können virtuelle Goldfische auf der Fläche schwimmen sehen oder gemeinsam die abgewandelte Form eines Kickerturiers spielen. „Alle sind aktiv dabei. Damit wird das Gemeinschaftsgefühl gefördert“, zeigt sich Einrichtungsleiterin Christina Ziebold-Jung von der Neuan-schaffung begeistert. Weiterer positiver Effekt: Die Kreativität der Mitspieler



Zauberhafte Augenblicke beschert die „Tovertafel“ Bewohnern, Besuchern und Mitarbeitern im Haus Klotzbach in Neunkirchen.

wird angeregt und sie kommen miteinander ins Gespräch. Rund 6000 Euro hat die Tovertafel gekostet, die nicht allein von den Bewohnern, sondern auch gerne von Angehörigen oder Mitarbeitern genutzt wird.

Entwickelt wurde die Spieleidee zunächst für Demenzerkrankte. Mittlerweile profitieren allerdings viele Menschen mit besonderen Pflegeansprüchen von dem Konzept, das, so Ziebold-Jung, „einfach Spaß macht“. (sg)

## Was macht eigentlich..? Rainer Konieczny (78)



*Ein Gespräch in der Pause, eine Plauderei unter Kollegen. Und plötzlich fällt ein Name aus vergangener Zeit - verbunden mit der Frage: Was macht der oder die eigentlich?*

Als Rainer Konieczny sein Berufsleben im „Jung-Stilling“ begann, da gab es keinen einzigen Computer und eine 70-Stunden-Woche gehörte zur Normalität. Am 1. Oktober 1961 bezog der gelernte Großhandelskaufmann sein Büro in der Personalabteilung – damals noch im „alten Stilling“ am Fischbacherberg. „Da gab es zwei Zimmer, eines für den Chef, eines für mich“, erinnert sich der 78-Jährige. Erst sechs Jahre später kam Verstärkung in Form einer weiteren Angestellten. Konieczny: „Ich habe parallel für das Jung-Stilling, Kredenbach und Freudenberg gearbeitet. Mein Berufsleben wäre heute unvorstellbar.“

40 Jahre lang war Rainer Konieczny Teil der Diakonie in Südwestfalen.

Wichtigstes Arbeitsmittel, insbesondere in den Anfangsjahren, war dabei das Papier. Denn darauf wurden die Lohnabrechnungen geschrieben, „alles manuell, versteht sich“. Dazu führte der Rentner unzählige Einstellungsgespräche. Diese Zeit hat ihre Spuren hinterlassen: „Mein Telefon klingelte im Berufsleben fast durchgehend von 7.30 bis 16 Uhr. Heute will ich einfach nicht mehr telefonieren. Darum kümmert sich meine Ehefrau.“

Langweilig wird es Rainer Konieczny trotzdem nicht: „Wenn man ein Haus hat, hat man immer was zu tun.“ Ob drinnen oder draußen, der 78-Jährige legt gerne und überall Hand an, „die Hauptsache ist, dass ich Bewegung habe“. Und wenn ihm in seinem Heimatort Haiger doch einmal die Decke auf den Kopf fällt, dann geht es nach Spanien: Dort besitzt die Familie einen „Zweitwohnsitz“. Das Reisen hat es ihm ohnehin angetan. Diverse Bus- und Schiffstouren standen schon an,

etwa ans Nordkap oder in die Schweiz.

An seine Zeit im Diakonie Klinikum denkt Rainer Konieczny aber oft zurück: „Ich bin gerne zur Arbeit gefahren.“ Auch, wenn es stressige Zeiten gab. Beispielsweise als es galt, neue Techniken einzuführen. „Den ersten Computer am Klinikum habe ich eingerichtet“, sagt Konieczny nicht ohne Stolz. Denn: Hilfe von einer IT-Abteilung war damals noch nicht zu erwarten. Diese gab es schlichtweg nicht. „Vier Tage und drei Nächte habe ich an dem Rechner gesessen, bis es endlich funktionierte“, weiß Konieczny noch, als sei es gestern gewesen. 2001 ging er in die Altersteilzeit. Seinen Ruhestand genießt er in vollen Zügen und freut sich über seine zwei kleinen Enkelkinder. Und ab und an nimmt er dann doch noch einmal das Telefon in die Hand, denn ganz den Kontakt zu den alten Kollegen verlieren, das möchte er auch nicht. (sg)



**Ambulante Diakonische Dienste** Ob ambulante Kranken- und Altenpflege, hauswirtschaftlicher Dienst, fahrbarer Mittagstisch, Tagespflege, häuslicher Betreuungsdienst oder der Hausnotruf: Knapp 200 Mitarbeiter sind in der Ökumenischen Sozialstation im Raum Kirchen und Betzdorf im Einsatz für die Klienten. Der Bedarf nach der „Hilfe aus einer Hand“ steigt.

**E**wald R. ist 82 Jahre alt und lebt seit dem Tod seiner Ehefrau allein in seiner Dreizimmerwohnung. Den Haushalt und die notwendigen Besorgungen erledigt seine Nichte für ihn. Als diese jedoch schwer erkrankt, sieht sich der Senior mit einer Vielzahl an Problemen konfrontiert. Wer kocht ihm jetzt das Mittagessen? Wer hilft ihm beim Gang zum Arzt oder zur Apotheke? Und wer ist da im Notfall, etwa dann, wenn Ewald R. in der Wohnung stürzt und sich nicht selbst helfen kann? Menschen wie Ewald R. sind es, denen sich die Ökumenische Sozialstation im Raum Kirchen und Betzdorf seit Jahrzehnten annimmt. Im Jahr 2021 wird das 50-jährige Bestehen der Versorgungseinrichtung gefeiert, die sich in Trägerschaft der Diakonie in Südwestfalen sowie des Fördervereins der Ökumenischen Sozialstation befindet.

Die erste Anlaufstelle der Ökumenischen Sozialstation wurde 1971 in Betzdorf eröffnet. In den 1990er-Jahren folgte dann der Umzug nach Kirchen. Diese Station wurde erst kürzlich modernisiert und umgebaut. Seit 2014 wird das Stationsnetz stetig erweitert. „Standorte gibt es mittlerweile in Kirchen, Betzdorf und Mundersbach“, sagt die Kirche-

*„Da ist man ein Stück Familie. Unsere Mitarbeiter sind täglich zu Besuch.“*

**Heike Pees**

Pflegedienstleitung Standort Kirchen

ner Pflegedienstleitung Heike Pees. Die Leitung der Station in Betzdorf hat Kerstin Steiger inne, Pflegedienstleitung in Mundersbach ist Claudia Bäumer. In diesem Jahr sollen noch zwei weitere Standorte in Gebhardshain und Niederfischbach eröffnet werden.

„Unser Vorteil ist, dass wir Hilfe aus einer Hand anbieten können“, sagt Heike Pees. Den ersten Kontakt zur Sozialstation knüpfen Klienten – oder deren An-

## Wo Hilfe aus einer Hand ganz nah ist

gehörige – meist im Zusammenhang mit Leistungen, die sie über eine der Pflegegrade erhalten. „Klassisch betreut werden möchte anfangs allerdings dann kaum jemand“, weiß Heike Pees aus Erfahrung. Priorität für die Klienten habe die Hilfe im Haushalt, um länger in den eigenen vier Wänden bleiben zu können. Unterstützende Leistungen gibt es dabei viele. Die Klienten können sich das Mittagessen liefern oder sich zum Arzt begleiten lassen. Zudem stehen hauswirtschaftliche Kräfte bereit, um etwa beim Putzen zu helfen.

„Die Nachfrage nach unseren Angeboten steigt, aber neue Kollegen oder Nachwuchs in der Pflege finden wir nur schwer“, macht Heike Bauer, die Abteilungsleiterin der Ökumenischen Sozialstationen in den Verbandsgemeinden Betzdorf und Kirchen, deutlich. Einige Klienten werden bereits seit mehr als zehn Jahren betreut. „Da ist man ein Stück Familie“, sagt Heike Pees. Gerade auch, weil die Kinder oft weit weg wohnen: „Unsere Mitarbeiter sind allerdings täglich zu Besuch.“ Hinter jedem neuen Klienten verbirgt sich meist ein schweres Schicksal. Oft sind es Notsituationen, die die Mitarbeiter der Sozialstation auf den Plan rufen. Etwa, wenn ein Familienmitglied einen Schlaganfall erlitten hat und nun auf Pflege angewiesen ist. Da ist es für die Sozialstation wichtig, die Beteiligten zu unterstützen, zu beraten und neue Strukturen zu finden, so dass der Klient sich in seiner gewohnten Umgebung

Immer im Einsatz für die Klienten sind die Mitarbeiter der Ökumenischen Sozialstationen, so auch die Betzdorfer Stationsleiterin Kerstin Steiger (links) und Abteilungsleiterin Heike Bauer. Ihnen zufolge steigt der Bedarf nach der Hilfe aus einer Hand stetig an.

trotz seiner krankheitsbedingten Einschränkungen gut versorgt fühlt. Nicht nur in den eigenen vier Wänden werden die Klienten betreut. Angehören an die Ökumenische Sozialstation ist die „Tagespflege Giebelwald“ in Kirchen. 16 Gäste finden hier von montags bis freitags, 8 bis 16 Uhr, ein zweites Zuhause. „Die Angehörigen werden entlastet, die Senioren finden hier

Hilfe bei der Struktur des Tagesablaufs. Sie werden gefördert und gefordert und verbuchen so auch Erfolgserlebnisse“, erklärt Leiterin Helga Ricke-Haberland das Konzept. Und es geht auf, wie sie aus Gesprächen mit Angehörigen weiß: „Die Senioren werden aktiver und haben etwas zu erzählen, wenn sie heim kommen. Das schafft neues Selbstbewusstsein.“ Gemeinsam mit den Mitarbeitern stehen gemeinsame Essen, Spaziergänge oder auch Gartenarbeiten auf dem Programm. „Da können wir von unseren Klienten sehr viel lernen“, sagt Helga Ricke-Haberland.

Zusätzliche Angebote bereichern das Programm. Helga Ricke-Haberland ist ausgebildete Lehrerin für das Tanzen im Sitzen, Dorothee Farnschläder und Verica Kober sind Trainerinnen des Bundesverbandes für Gedächtnistraining. Überhaupt wird Weiterbildung in der Ökumenischen Sozialstation sehr groß geschrieben. „Daraus entwickeln sich viele neue Impulse“, schildert Heike Pees. So auch das jüngste Angebot: eine „Individuelle Schulung in der

## Die Ökumenische Sozialstation in Zahlen

Klienten	745
Mitarbeiter	198
Pflegeberatung und Hausnotruf	481
Fahrzeuge	33 Autos und 2 Busse
Fahrbarer Mittagstisch	100 Essen pro Tag



Das Team der „Tagespflege Giebelwald“ hat sich zum Ziel gesetzt, den Klienten ein zweites Zuhause zu schaffen.



*„Die Nachfrage nach unseren Angeboten steigt stetig.“*

**Heike Bauer**  
Abteilungsleiterin

häuslichen Pflege“ für pflegende Angehörige und privat ehrenamtlich Pflegenden. Diese wird von Kerstin Tietz, Pflegefachkraft im Team Kirchen, angeboten und durchgeführt. Die Expertin schult die Klienten vor Ort, gibt Tipps zu verschiedenen Themen wie etwa Lagerung, Mobilität, Krankheitsbewältigung und Selbstsorge. Die Kosten der Schulung werden übrigens von den Krankenkassen übernommen.

Stefanie Goß

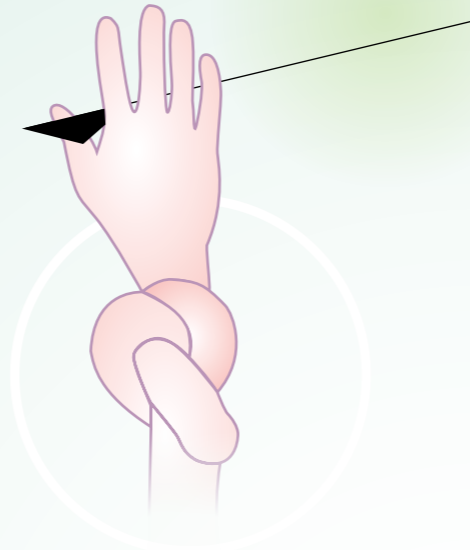


Seit den 1990er-Jahren unterhält die Ökumenische Sozialstation den Standort in Kirchen. Anfang des Jahres wurde modernisiert und umgebaut.



## • Überbein

Das Ganglion wird im Volksmund Überbein genannt und tritt häufig am Handgelenk auf. Der Name ist allerdings irreführend. Denn es handelt sich nicht um eine knöcherne Veränderung. Vielmehr geht es um einen gutartigen, nicht verschiebbaren Knoten, der elastisch und meist nicht schmerzhaft ist. An der betroffenen Stelle befindet sich eine Ausstülpung der Gelenkhaut, die mit klarer Flüssigkeit gefüllt ist. Gewöhnlich bildet diese einen Gleitfilm zwischen den Gelenkflächen. Bei einem Ganglion sammelt sie sich jedoch im Hohlkörper an, der durch einen sogenannten Stiel mit dem Gelenk verbunden ist. Auslöser für ein Überbein können Bindegewebsschwäche, zurückliegende Verletzungen oder Reizungen sein. Meist bereitet das Ganglion keine Schmerzen und bildet sich auch wieder zurück. Sind Betroffene jedoch in ihrer Bewegung eingeschränkt, entfernen Ärzte es mit einem kleinen chirurgischen Eingriff. Wurde das Überbein vor einigen Jahrzehnten noch durch einen Schlag mit dem Hammer zertrümmert, was häufig auch den Bruch des Handgelenks zur Folge hatte, gibt es heutzutage schonendere Therapien...



## • Wadenkrampf

Mit schmerzverzerrtem Gesicht geht der Griff an die verhärtete Wade. Der Krampf kommt plötzlich im Schlaf, im Schwimmbad, beim Joggen oder in der Gymnastikstunde und dauert oftmals Minuten. Instinktiv dehnt der Betroffene die Muskeln und der Schmerz verschwindet allmählich. Wadenkrämpfe werden häufig durch über- oder unterforderte Muskeln ausgelöst. Ebenso kann aber auch ein gestörter Flüssigkeits- und Mineralhaushalt zu Wadenkrämpfen führen. Mineralstoffe werden benötigt, damit Nerven Befehle zum Ausdehnen oder Zusammenziehen an die Muskelfasern leiten können. Fehlt dem Körper zum Beispiel Magnesium, wird der Reiz der Nerven unkontrolliert an die Muskeln abgegeben und sie verkrampfen. Eine mögliche Ursache für Wadenkrämpfe in der Nacht ist demnach ein zu niedriger Magnesiumspiegel. Um vorzubeugen, sollten Betroffene sich regelmäßig bewegen, ausreichend trinken und sich ausgewogen ernähren. Außerdem entlastet bequemes Schuhwerk die Wadenmuskeln, gezielte Dehnübungen vor dem Sport bereiten auf die Belastung vor.



# Gesundheit kompakt

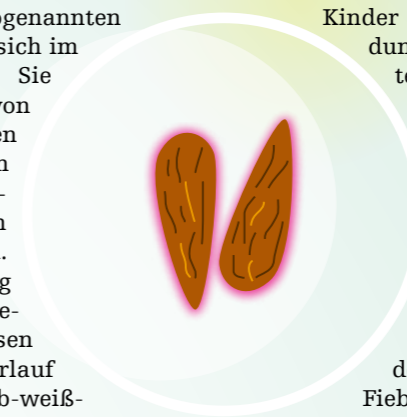
## Nützliche Tipps für den Alltag

### • Sodbrennen

Der brennende Schmerz steigt von der Magengrube bis in die Speiseröhre. Betroffene suchen bei Sodbrennen schnell nach einem Mittel, das sie von Brennen und saurem Aufstoßen befreit. Normalerweise verhindern Muskeln in der Speiseröhre, dass Nahrung und Magensäfte aufsteigen. Sind sie allerdings geschwächt, fließt der Mageninhalt in die Speiseröhre zurück. Der Speisebrei, vermischt mit Salzsäure aus dem Magen, reizt die Schleimhaut der Speiseröhre. Ein brennender Schmerz entsteht. Um Symptome zu lindern, empfiehlt sich ein altes Hausmittel: In Wasser aufgelöstes Natron neutralisiert den Magensaft. Außerdem können Betroffene vorbeugen, indem sie sich gesund ernähren, auf Genussmittel wie Alkohol und Zigaretten verzichten und entspannen. Denn auch Stress kann Sodbrennen auslösen. Ein erhöhter Stresshormonspiegel kann dazu führen, dass die Verdauungsorgane nicht ausreichend durchblutet werden und der Schließmuskel der Speiseröhre geschwächt wird.

## • Mandelentzündung

Die Mandeln sitzen im sogenannten lymphatischen Rachenring, der sich im Nasen-Rachen-Raum befindet. Sie dienen vor allem der Abwehr von Krankheitserregern. Vermehren sich Bakterien oder Viren in den Mandeln, entzündet sich das zerklüftete Gewebe. Es schwillt an und es kommt zu Halsschmerzen. Eine akute Mandelentzündung ist ansteckend, denn die Erreger werden beim Sprechen, Niesen und Husten weitergegeben. Im Verlauf der Infektion können sich gelb-weiße Eiterflecken auf den Mandeln bilden. Oftmals tritt Fieber auf und Betroffene fühlen sich schlapp. Bei einer bakteriellen Mandelentzündung verschreiben Ärzte ein Antibiotikum. Außerdem sollte viel getrunken werden, damit das Gewebe gut befeuchtet ist. Eiscreme kühlt die Mandeln und lindert den Schmerz. Wärme hilft ebenfalls, denn sie weitet die Blutgefäße und verbessert den Abtransport von Schleim und Eiter.



## • Mittelohrentzündung

Kinder leiden besonders häufig an einer Mittelohrentzündung, da die Ohrtrompete, die den Hohlraum des Mittelohrs mit dem Nasenrachenraum verbindet, noch nicht richtig ausgebildet ist und Erreger so leichter ins Ohr gelangen können. Erwachsene können ebenso betroffen sein, denn eine Mittelohrentzündung entsteht oft im Rahmen einer Erkältung. Flüssigkeit und Schleim fließen schlechter ab und bilden einen Nährboden für Keime, die dann zu einer Infektion führen. Eine Mittelohrentzündung macht sich durch plötzlich einsetzende, heftige Ohrschmerzen bemerkbar. Außerdem kann das Hörvermögen vermindert sein und Fieber auftreten. Der Betroffene sollte sich schonen, viel Trinken und bei Bedarf Schmerzmittel einnehmen. Während der Infektion sammelt sich Sekret vor dem Trommelfell an, was Schmerzen und Druckgefühle auslösen kann. Reißt das Trommelfell ein, kann das Sekret durch den Gehörgang abfließen und der Patient ist schmerzfrei. Um den Druck zu nehmen, machen Ärzte einen kleinen Schnitt in die Membran.

## • Zähneknirschen

Zähneknirschen tritt vor allem im Schlaf auf. Angespannte Kiefermuskeln bewirken, dass die Kieferhälften gegeneinander drücken und ein mahlendes Geräusch entsteht. Durch Druck und Reibung kommt es dann zu Schäden an den Zähnen. Außerdem leiden Betroffene häufig an Nacken- und Rückenschmerzen. Im schlimmsten Fall kann es zu einer Kiefersperre kommen. Die Ursache des Zähneknirschens ist nicht eindeutig geklärt. Es wird angenommen, dass Stress ein Auslöser sein könnte. Psychischer Druck im Alltag und Ängste führen zu angespannten Muskeln und letztlich zum Zähneknirschen. Ärzte empfehlen eine Aufbissschiene, die während des Schlafens getragen wird. Sie bedeckt Unter- und Oberkiefer und verhindert so, dass die Zähne aneinander reiben. Entspannungsübungen und Gymnastik helfen Stress abzubauen und die verspannten Muskeln zu lockern.



## • Warzen

Sie sind ungefährlich, aber lästig und werden als ästhetisch störend wahrgenommen: Warzen sind gutartige Knoten auf der Haut, die hauptsächlich an Händen und Füßen auftreten. Die meisten Warzen entstehen durch eine Infektion mit humanen Papillomviren und sind ansteckend. Sie bereiten keine Schmerzen und heilen von selbst ab, wenn das Immunsystem die Viren erfolgreich bekämpft hat. Bleiben die Warzen bestehen, verweist der Arzt sie mit flüssigem Stickstoff. Dadurch wird die oberste Hautschicht zerstört und die Warzen verschwinden nach mehrmaligem Anwenden. Um das Infektionsrisiko zu vermindern, empfiehlt es sich im Schwimmbad und in der Sauna Schuhe zu tragen.





# Hilfe unter Gleichgesinnten finden und den Kummer teilen

**Selbsthilfekontaktstelle** Jeder zehnte Erwachsene hat sich in seinem Leben schon einmal in einer Selbsthilfegruppe mit Gleichgesinnten ausgetauscht. Die Selbsthilfekontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen hilft dabei, den passenden Gesprächskreis für entsprechende Anliegen zu finden.



Marion Pläßmann, Gabriele Hermann und Silke Sartor (von links) von der Selbsthilfekontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen beraten in ihren Büros in der Siegener Friedrichstraße zum Thema Selbsthilfe, vermitteln Gesprächsgruppen und leisten Öffentlichkeitsarbeit.

Mit zittriger Stimme schildert die Frau am Telefon ihre Krankheitsgeschichte. Sie leidet an Brustkrebs, hat verschiedene Therapien hinter sich und ist verzweifelt. Am anderen Ende der Leitung sitzt Gabriele Hermann von der Selbsthilfekontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen. Sie hört zu, zeigt Mitgefühl und empfiehlt der Dame die Selbsthilfegruppe für Brustkrebs.

Wenn Menschen an einer unheilbaren Krankheit leiden, depressiv sind oder an der Alkoholsucht des Partners zerbrechen, fühlen sie sich oft alleine und hilflos. In solchen und ähnlichen

Situationen sehnen sich manche nach einem Austausch mit Gleichgesinnten. Das kann Mut machen und in einer schweren Zeit Kraft spenden. Im Kreis Siegen-Wittgenstein gibt es rund 200 Selbsthilfegruppen. Von Asthma über Prostatakrebs bis hin zu Wirbelsäulen-Erkrankungen. Hilfesuchende werden von den Sozialarbeiterinnen Gabriele Hermann und Silke Sartor sowie von Verwaltungskraft Marion Pläßmann an die passende Selbsthilfegruppe vermittelt. „Zunächst finden wir in einem Beratungsgespräch heraus, wo wir mit unserer Hilfe ansetzen können“, erklärt Gabriele Hermann. Das sei oftmals gar nicht so einfach, denn viele

befinden sich mitten in einer Krise oder haben mehrere Probleme gleichzeitig. Ein Kontakt bleibt der Sozialarbeiterin in Erinnerung: Die Tochter einer Frau starb bei einem Verkehrsunfall. Nach diesem Schicksalsschlag suchte sie Hilfe. „Völlig verzweifelt suchte sie Kontakt zu Müttern und Vätern, die auch einen solchen Verlust erleiden mussten“, berichtet Hermann. Die Mitarbeiter sind bei Krisen oft auch Ansprechpartner, wenn es darum geht, Lebensmut zu gewinnen oder neue Perspektiven zu entwickeln. „Das zeigte mir, wie wichtig es ist, Betroffene mit anderen Betroffenen in Kontakt zu bringen“, so die Sozialarbeiterin.

Während der ersten Gespräche mit Hilfesuchenden schauen Silke Sartor und Gabriele Hermann, ob die Selbsthilfe die geeignete Form der Unterstützung ist. Denn sie sollten sich öffnen und zuhören können. Jede Gruppe hat Regeln, die das Miteinander fördern sollen. Die wichtigste ist die der Vertraulichkeit. So fühlt sich jedes Gruppenmitglied wohl und geschützt. Dann entwickelt sich das Gespräch meist von selbst und die Teilnehmer merken, dass sie von den Erfahrungen der anderen profitieren können. Damit die Organisation einer Selbsthilfegruppe nicht nur auf einer Person beruht, werden Aufgaben unter den Mitgliedern verteilt. Neben Gesprächsrunden, Besuchen auf Messen und Ausflügen finden auch Treffen mit Experten statt: „Auf Wunsch informieren wir die Gruppen über geeignete Fachleute und stellen den Kontakt her. Außerdem sind wir Ansprechpartner bei Problemen innerhalb der Gruppe oder Fragen zu Finanzen und Fördermitteln“, so Silke Sartor.

Die größte Nachfrage besteht bundesweit zum Thema Depressionen. Dort zeigt sich auch der Mangel an Ärzten und Therapieplätzen in der Region. Silke Sartor begleitet psychosomatische Gruppen: „Oftmals suchen an Depression Erkrankte in der Selbsthilfegruppe eine Alternative zur Therapie. Wir müssen allerdings darauf aufmerksam machen, dass die Selbsthilfe kein Ersatz dafür ist, sondern Betrof-

fene befähigt mit den Problemen oder der Krankheit umgehen zu können.“ Gibt es kein passendes Angebot, besteht die Möglichkeit, eine Selbsthilfegruppe neu zu gründen. In diesem Jahr gab es bereits sechs Anfragen zur Neugründung wie zum Beispiel die Gruppe für Eltern von psychisch kranken Kindern.

„Die Selbsthilfe lebt vom ehrlichen Austausch unter Betroffenen.“

Gabriele Hermann  
Selbsthilfekontaktstelle

Die Mitarbeiterinnen der Kontaktstelle helfen bei Aufbau und Organisation einer neuen Gruppe. Dafür müssen zunächst Betroffene gefunden werden. In den regionalen Medien wird ein Aufruf für eine Neugründung gestartet, an der sich Interessierte beteiligen können. Daraufhin werden Anfragen gesammelt und bei ausreichendem Interesse ein erstes Treffen der Gruppe organisiert. „Bei den ersten Zusammenkünften sind wir dabei, moderieren Gespräche und geben wichtige Informationen an die Teilnehmer weiter. Im nächsten Schritt soll die Gruppe möglichst selbstbestimmt agieren. Wird Hilfe benötigt, stehen wir gerne zur Verfügung“, erläutert Gabriele Hermann. Dass Neugründungen und deren Bekanntgabe in der Presse wertvoll sind, zeigt das Beispiel einer Frau, die an Schlafstörungen leidet. Für sie ergeben sich viele Probleme im Alltag, denn den beruflichen und privaten Anforderungen ist sie kaum noch gewachsen. Entspannungstechniken und Medikamente konnten ihr bisher nicht weiterhelfen. In der Zeitung las sie über die Neugründung einer Selbsthilfegruppe zu dem Thema. Damit eröffnete sich die Möglichkeit sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. „Ich konnte am Telefon hören, wie eine Last von ihr abfiel“, erzählt Gabriele Hermann.

Öffentlichkeitsarbeit jeglicher Art ist für die erfolgreiche Vermittlung von Betroffenen an die verschiedenen Selbsthilfegruppen wichtig: „Wir haben Infostände bei Gesundheitsveranstaltungen, gehen in Schulen und haben Kooperationen mit Kranken-

häusern und Arztpraxen“, erzählt Verwaltungskraft Marion Pläßmann. Für die Selbsthilfegruppen ist es wichtig Werbung zu machen und im Gespräch zu bleiben, um so Interessierte anzusprechen. Auch in Firmen informiert die Kontaktstelle im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements über ihr Angebot.

Und die Mitarbeiterinnen tun noch mehr. Neben ihren Tätigkeiten rund um die Selbsthilfe sind sie die Organisatoren des Siegener Forums Gesundheit. Das findet an jedem zweiten Donnerstag im Monat, außer in den Monaten August und Dezember, in der Cafeteria des Diakonie Klinikums Jung-Stilling in Siegen statt. Experten halten dabei Vorträge über medizinische oder psychosoziale Themen. „Uns ist es wichtig, dass die Vorträge in einer für Laien verständlichen Sprache gehalten werden“, sagt Silke Sartor. Im Anschluss stehen die Referenten für Fragen bereit. Für Hörgeschädigte werden Induktionsschleifen bereitgestellt, Gebärdendolmetscher übersetzen die Vorträge.

Die Landschaft der Selbsthilfegruppen in der Region bewegt sich. Neue Gruppen werden gegründet, andere lösen sich auf. Der Trend geht zwar zum Austausch in Internetforen, Gespräche

## Kontakt



Selbsthilfekontaktstelle  
Friedrichstraße 27 | 57072 Siegen

Telefon: 0271 5003-131  
gabi.hermann@diakonie-sw.de

Sprechstunden:  
Mo. - Do.: 9 - 12 Uhr

von Angesicht zu Angesicht können jedoch emotionaler und oft hilfreicher sein, so die Erfahrungen des dreiköpfigen Teams. Gabriele Hermann fasst es so zusammen: „Die Selbsthilfe lebt vom ehrlichen Austausch unter Betroffenen. Menschen begegnen sich auf Augenhöhe und unterstützen sich gegenseitig.“

Nina Becker



# FINDEN SIE 10 FEHLER

im unteren Bild



# KNOBELFRAGEN

**1 Ein Mann** leiht sich für einen Umzugstransport einen Kleinlaster. Als er abends damit nach Hause kommt, stellt er den Wagen in der Garage ab. Am nächsten Tag will er den Kleinlaster zurückgeben, muss aber feststellen, dass er nicht aus der Garage hinausfahren kann, weil das Fahrzeug um fünf Zentimeter höher als das Tor ist. Wie ist das möglich? Was muss der Mann tun, um wieder hinausfahren zu können?

**2 Es ist leichter** als eine Feder, doch kann es kein Mensch lange halten. Was ist es?

**3 Der Frachter** „Atlantica“ liegt im Hamburger Hafen. Der Matrose Fiete streicht das Schiff. Seine Strickleiter reicht bis zehn Zentimeter über das Wasser, die Sprossen sind je 25 Zentimeter voneinander entfernt. Fiete steht auf der untersten Sprosse, als die Flut kommt. Der Wasserspiegel steigt um 65 Zentimeter. Wie viele Sprossen muss er höher steigen, damit er keine nassen Füße bekommt?

**4 Melanie** hat Freunde zum Essen eingeladen. Damit die Spaghetti al dente sind, sollen sie genau fünf Minuten kochen. Melanie hat zwei Sanduhren. Die erste braucht genau vier Minuten, um ganz durchzulaufen, die zweite exakt drei Minuten. Wie kann Melanie mit Hilfe der beiden Sanduhren die Garzeit abmessen?

**5 An der Einfahrt** zu einem Parkhaus hält ein Autofahrer ganz nah am Ticketautomaten, öffnet das Fenster, erreicht das Ticket trotz seiner langen Arme aber nicht. Wieso?

# KREUZWORTTRÄTSEL

schwäbisches Nudelgericht	Jahrgeld für Fürsten	kirchlich	drei Musizierende	germanische Sagen-gestalt	Lehre vom Gleichgewicht	Jazzge-sangs-stil	außer-ordentlich	deutsche Vorsilbe	un-richtig	Kardi-nals-anrede	Saug-strömung	polizei-liche Befra-gung	kurz für: eine
								grillen			10		
Industrie-erzeugnis		ver-wundert						eine Kaiser-pfalz	„James Bond“-Darsteller (Roger)				franzö-sisch, span.: in
13						ein Reli-gions-stifter	dring-lich					Bogen-ge-schosse	16
				bibl. Männer-gestalt (A.T.)	Zwei-master				Allein-lebender	US-Schrift-steller † 1849			
Indianer in Süd-amerika	längliche Vertie-fungen	Nabel des Pflanzen-samens					3	Art der Ein-fettung	Hygiene-produkte				1
Zeich-nung					Ein-siedler	unfein, vulgär							Autorin von ‚Vom Winde verweht‘
deutsche Vorsilbe: schnell			US-Bundes-staat	früherer österr. Adels-titel				Fluss durch Pforz-heim		dickes Seiden-gewebe		griechi-scher Buch-stabe	
gas-förmiges chem. Element	Natur-farbstoff	nicht unter-halb							17	franzö-sischer Polizist	weiches Schwer-metall		
				Kykla-den-in-sel			4	Riese, Titan	Fecht-waffe				
					sauber	Leber-sekret				6	sehr ausge-lassen	Initialen der engl. Autorin Christie	
Schiffs-eigner		Apostel der Franken	streng					altgrie-chische Grab-säulen	Teil eines Dramas				Soft-ware-nutzer (engl.)
Tauf-zeugin	Schweif-sterne					Boden-ablage-rung	Gewitzt-heit						14
				sport-licher Wett-kämpfer	Keim-gut			Kloster-vor-steher				Ost-germane	
Metier	Vorname des Autors Albee	ein Hanseat	Erinne-rungs-stück				12		Tempel-form in Ostasien	gallert-artige Substanz			11
					ein Insek-tizid (Abk.)			verrückt (ugs.)	Kloster-vor-steher				2
leichter Flug-körper (Spiel)						Gewürz, Dolden-gewächs	voll-bracht, fertig					acht Bits (EDV)	Lebe-wesen
			sibir. Eich-hörn-chenfell	Haupt-stadt von Jordanien				arabi-scher Wüsten-brunnen	griechi-scher Buch-stabe				
Mensch zwischen 20 und 29 Jahren		Metall-fein-gehalt					8	röm. Zahl-zeichen: sechs	Frauen-unter-leidung			italie-nischer Artikel	
Neustart des Betriebs-systems					Dienst-unfähig-keit								
Kniff, Trick				Stadt in Piemont				Insel-europäer		jüd. Priester in Babylon			

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Die Lösungen zu allen Rätseln finden Sie auf Seite 60.

# LIEBLINGSWITZE



**Maik Pfeifer**  
Bürokaufmann  
Mitarbeiter Materialwirtschaft

Eine ältere Frau (97) schreibt einen Brief an den lieben Gott: „Lieber Gott, kannst Du mir bitte 100 Euro schicken? Ich bin so arm und kann mir nichts zu essen kaufen.“ Sie schickt den Brief ab. Irrtümlicherweise landet der beim Finanzamt. Die Finanzbeamten sind so gerührt, dass sie für die ältere Dame sammeln. Tatsächlich kommen 70 Euro zusammen. Die Frau freut sich und schickt einen Brief zurück an den lieben Gott: „Lieber Gott, vielen Dank für die 100 Euro. Aber schick nächstes Mal bitte das Geld direkt an mich und nicht erst ans Finanzamt. Die haben mir gleich 30 Euro abgezogen.“



**Ulrike Marquardt**  
Ergotherapeutin  
Altenzentrum Freudenberg

Kommt eine ältere Dame in eine Bank, möchte dort ein Sparbuch eröffnen und 1000 Euro einzahlen.  
Dame: „Ist mein Geld bei Ihnen auch sicher?“  
Bankangestellter: „Klar doch!“  
Dame: „Und was ist, wenn Sie pleite machen?“  
Bankangestellter: „Dann kommt die Landeszentralbank auf!“  
Dame: „Und was, wenn die pleite machen?“  
Bankangestellter: „Dann kommt die Bundesbank auf!“  
Dame: „Ja, und wenn die pleite machen?“  
Bankangestellter: „Dann tritt die Bundesregierung zurück und das sollte Ihnen nun wirklich die 1000 Euro wert sein!“



**Jutta Luck**  
Mitarbeiterin Radiologie  
Diakonie Klinikum Jung-Stilling

An den Ecken eines Fußballfeldes stehen vier Ärzte: Ein guter Orthopäde, ein schlechter Orthopäde, ein Chirurg und ein Radiologe. In der Mitte des Spielfeldes liegen 50 000 Euro – nach dem Startschuss können alle losrennen. Wer bekommt das Geld?  
Antwort: Der schlechte Orthopäde. Warum? Gute Orthopäden gibt es gar nicht, dem Chirurgen waren die Regeln zu kompliziert und ein Radiologe rennt nicht los für 50 000 Euro.



**Ibro Pasalic**  
Wundmanagement / externe QS  
Diakonie Klinikum Jung-Stilling

Eine Frau wird zum Arzt gerufen.  
Arzt: „Sie müssen sich mehr um Ihren Mann kümmern. Er hat zu viel Stress. Am besten Sie massieren ihn täglich, machen ihm leckeres Essen, erfüllen seine männlichen Bedürfnisse und sind einfach sehr nett zu ihm.“  
Mann später: „Und was hat der Arzt gesagt?“ Sie: „Du musst sterben.“

## Neue Möbel für das Sophienheim

In gemütlicher Atmosphäre verweilen und dabei etwas über die Geschichte des Sophienheims erfahren – das können Bewohner, Besucher und Angehörige dank einer Spende vom Förderverein des Siegener Seniorenpflegeheims. Die Ehrenamtlichen haben neue Möbel im Wert von 3000 Euro für die Einrichtung der Diakonischen Altenhilfe Siegerland angeschafft. Vor dem großen Gemeinschaftssaal gibt es nun gemütliche Sitzgruppen und Beistelltische sowie eine Anrichte, wo sich Bewohner, Angehörige und Besucher austauschen und eine Ausstellung über die Geschichte und Namensgeberin der Einrichtung bestaunen können. „Wir haben den Bereich zusätzlich mit stimmungsvollen Leuchten bestückt“, informiert Einrichtungsleiterin Heidrun Weinell. Die Ausstellung zeigt Fotos und alte Tagebücher der Diakonisse Sophie Schneider. Sie war im ehemaligen Sophienheim, im Konfirmandenhaus an der Oberen Metzgerstraße in Siegen, von 1930 bis 1951 tätig. Der evangelische Kirchenkreis Siegen ernannte sie dort zur Leiterin für die Versorgung junger Mädchen und Frauen. Die Synode beschloss, das Haus nach ihr zu benennen.



Einen Ort der Begegnung für Bewohner, Besucher und Angehörige hat der Förderverein des Sophienheims in der Siegener Seniorenpflegeeinrichtung geschaffen.

Seit mehr als 60 Jahren werden im Sophienheim alte und pflegebedürftige Menschen gepflegt und betreut. Den rund 40 Mitgliedern des Fördervereins ist es ein Anliegen, Bewohner und Mitarbeiter zu unterstützen und ihren

Lebensalltag zu bereichern. „Wir möchten, dass sich die Senioren nach einem langen und ausgefüllten Leben hier zu Hause fühlen und in Geborgenheit ihren Lebensabend verbringen und gestalten können“, betonte der zweite Vorsitzende Dr. Alfred Krämer. Bernd Spornhauer, Geschäftsführer der Diakonischen Altenhilfe, bedankte sich bei den Ehrenamtlichen für ihr Engagement. (aba)

## Hilfe für Hospiz und Café Patchwork

Eine Spende von jeweils 1000 Euro haben das Siegener Café Patchwork und das Evangelische Hospiz Siegerland von der Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen in Siegen-Olpe-Wittgenstein und von den Sportfreunden Siegen erhalten. Beide organisierten das erste Siegener Weihnachtssingen im Leimbachstadion mit 2400 Besuchern. Der finanzielle Überschuss ist für gute Zwecke bestimmt. Den Organisatoren war es ein Anliegen, das Café Patchwork als Einrichtung der Wohnungslosenhilfe der Diakonie in Südwestfalen zu unterstützen. Darüber freute sich der theologische Geschäftsführer Pfarrer Jörn Contag: „Das Geld können wir ideal für Projekte nutzen und damit auch Kosten im laufenden Betrieb decken.“ Für ebenfalls 1000 Euro bedankte sich Hospizleiter Burkhard Kölsch: „Die Spende möchten wir für den Eigenanteil der Einrichtung und für einen neuen Pflegehilfe-Lift einsetzen.“ (sok)



Über den Besuch der Frauenstrickgruppe freute sich Hospizleiter Burkhard Kölsch.

## Gutes tun mit kuscheligen Handarbeiten

Erst stricken, dann spenden: Zum fünften Mal waren die Strickfrauen aus Freudenberg-Büschergrund im Einsatz für das Evangelische Hospiz Siegerland. Bei diversen Terminen, wie etwa dem Mädels-Kram-Markt in Eiserfeld, boten die Damen Mützen, Patchworkdecken oder Babystrümpfe an. 2100 Euro kamen als Erlös zusammen, der an Hospizleiter Burkhard Kölsch überreicht wurde. Einmal im

Monat trifft sich die Gruppe, bestehend aus Brigitte Leinweber, Hannelore Dangendorf, Inge Hackler, Beate Schmidt, Christa Kursch, Else Irlé und Lore Schütz, in den heimischen vier Wänden. Bei Kaffee und Kuchen stricken und plaudern die Damen gemeinsam. „Wir haben viel Spaß am Stricken und noch mehr freut es uns, damit Gutes tun zu können“, sagte Hannelore Dangendorf. (sok)

SUDOKU 数独

Normal

						4		
	5						6	9
9		3				1		
	1	2		4	7			3
	3		1		8		5	
7		8		3			1	
			8		3		4	
8	4		5		6	9		
					2		7	8

Schwierig

						2		
	9		5					1
	8	4	7					
		5		2	3	1		
	6			1		9		5
9		2		5				
6	2		8	3	9	4		
8		7			4	2		
								6



**Kita-Anbau** Die Bauarbeiten für den Anbau der Kindertagesstätte Kinder(t)räume in der Siegerner Hengsbachstraße sind in vollem Gange. Wenn alles reibungslos läuft, spielen in der Kita oberhalb des „Stillings“ im Herbst 40 Kinder mehr – 22 davon unter drei Jahren. Schon beim Spatenstich war die Vorfreude bei Kindern und Erwachsenen groß.



## Kita-Kinder wollen fleißige Bauarbeiter sehen

**S**tartschuss für den Anbau an der Kindertagesstätte Kinder(t)räume an der Siegerner Hengsbachstraße: Mit Bauhelmen und Schaufeln haben Kinder die Baustelle erobert und mit den „Großen“ den symbolischen ersten Spatenstich vollzogen. Die Einrichtung oberhalb des Diakonie Klinikums Jung-Stilling erhält zwei neue Gruppen. Bauherr ist die Diakonie in Südwestfalen, die auch die Kosten von rund 1,1 Millionen Euro finanziert.

„Wir freuen uns, dass es nun endlich los geht“, betonte Dr. Josef Rosenbauer, Geschäftsführer der Diakonie in Südwestfalen, vor zahlreichen Gästen, darunter Vertreter der Stadt, des Ev. Kirchenkreises, der Diakonie, des Kindergartens, der Baufirma und des Architekturbüros. 55 Jungen und Mädchen besuchen der-

zeit den Kindergarten. Nach Abschluss der Baumaßnahme im Herbst 2019 soll es rund 95 Plätze geben, 22 davon für Kinder unter drei Jahren. Stadtbürgermeister Steffen Mues wünschte für die Bauarbeiten alles Gute. „Der Anbau ist ein wichtiger Schritt, um in unserer Stadt die Betreuungsquote, insbesondere der U3-Betreuung, weiter zu erhöhen und damit berufstätige Eltern zu entlasten.“ Zudem gebe es an diesem Standort durch das Diakonie Klinikum als großen Arbeitgeber einen echten Bedarf. Ab August 2019 geht auch die Trägerschaft der Betreuungsstätte von den Evangelischen Kindertagesstätten im Kirchenkreis Siegen (EKiKS) an die Diakonie in Südwestfalen. „Nach dem Umbau soll das jetzige Team von fünf bis sieben weiteren Vollzeitkräften un-

terstützt werden“, informierte Dr. Jörn Baaske, Personaldirektor der Diakonie in Südwestfalen. Mädchen und Jungen ab vier Monaten bis zum Schulalter werden im Kindergarten betreut. „Wir freuen uns, mit der Rückübernahme der Trägerschaft wieder eine Kita im Verbund der Diakonie in Südwestfalen zu haben, die uns auch als Arbeitgeber attraktiver macht“, so Baaske.

2015 wurde der farbenfrohe, moderne Flachbau in ruhiger Lage, direkt am Wald oberhalb des Ev. Jung-Stilling-Krankenhauses errichtet. Hinter dem 49 Meter langen Gebäude entstand zudem ein großzügiger Garten- und Terrassenbereich mit reichlich Grünfläche und Spielgeräten. Nun wird der Flachbau erweitert. Architekt Oliver Schmidt stellte

Vorfreude beim Spatenstich für den Kita-Anbau von links: Erzieherin Christiane Fiegenger-Stein, Klinikum-Geschäftsführer Hubert Becher, Architekt Oliver Schmidt, Bauunternehmer Reinhard Quast, Bürgermeister Steffen Mues, Diakonie-Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer und Pfarrer Jörn Contag, Diakonie-Verwaltungsratsvorsitzender Karl Fleschenberg, Erzieherin Jana Chiara Franke, Kita-Leiterin Lisa Marina Wiele sowie einige fleißige Kita-Kinder.

den Baukörper vor: „In dem etwa 390 Quadratmeter großen Anbau entstehen zwei neue Gruppenräume, Sanitär- und Nebenräume sowie ein weiterer großer Mehrzweckraum.“ Der Kindergarten liegt unserer Gemeinde sehr am Herzen“, hob Pfarrer Günther Albrecht von der Ev. Kirchengemeinde Eiserfeld hervor und wünschte Kindern, Mitarbeitern, Bauarbeitern und dem Träger den Segen Gottes. „Wir freuen uns auf den Zauber des Neuen“, bedankte sich Einrichtungsleiterin Lisa Marina Wiele im Namen des gesamten Teams bei den Verantwortlichen. Die Kinder sei-

en sehr daran interessiert, was auf der Baustelle geschieht. Deshalb werde es während der Bauphase auch situationsorientierte Angebote zum Thema Baustelle geben. Gemeinsam mit den Erzieherinnen Jana Chiara Franke und Christiane Fiegenger-Stein besangen die Kita-Kinder fröhlich den Baustart mit „Wer will fleißige Bauarbeiter sehen“ und dem Segenslied „Immer und überall“. Pfarrer Jörn Contag, theologischer Geschäftsführer der Diakonie in Südwestfalen, sprach zum Abschluss ein Gebet und lud Kinder und Gäste zum gemeinsamen Imbiss ein. **Anne Bach**

## Praxisübernahme im MVZ Kreuztal

Dr. Anna Wolf folgt auf Chirurg Jamil Itani Masri

Am Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) Kreuztal-Kredenbach hat Dr. (RUS) Anna Wolf, Fachärztin für Chirurgie und Viszeralchirurgie, die Praxis von Chirurg Jamil Itani Masri übernommen. Dr. Wolf weist Erfahrung auf dem Gebiet der Chirurgie, Viszeralchirurgie und Proktologie nach. Sie war zuletzt im MVZ Betzdorf-Kirchen und im Klinikum Bethesda in Freudenberg tätig. Wolf behandelt Krankheiten und Verletzungen der Bauchorgane und des Enddarms. Kleinere chirurgische Eingriffe führt sie durch. In der Praxis werden auch Patienten mit chronischen Wunden versorgt. **(aba)**

## Neuer Facharzt im Team der HNO

Die Facharztpraxis für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde im Untergeschoss des Diakonie Klinikums Bethesda in Freudenberg freut sich über einen neuen Arzt: Mohamed Ighnejewa, Facharzt für Hals-Nasen- und Ohrenheilkunde, praktiziert nun an der Seite von Dr. Magdalena Grzonka. Sein Medizinstudium absolvierte er in Libyen geborene Familienvater an der Garyounis Universität in Benghazi. Die gesamte Facharztausbildung erfolgte dann in Deutschland. Zuletzt war der 40-jährige Ighnejewa am Klinikum Lüdenscheid tätig. **(nb)**



HNO-Fachärzte in Freudenberg: Mohamed Ighnejewa und Dr. Magdalena Grzonka.

# Bilderbuch weicht dem Smartphone

**Medien** Den Umgang mit dem Smartphone bekommen Kinder heutzutage in die Wiege gelegt. Welche medialen Regeln Eltern aufstellen sollten, war Thema beim Forum Gesundheit.

**E**in kleiner Junge, vielleicht drei Jahre alt, liegt auf dem Bauch und betrachtet gebannt den Bildschirm eines Smartphones. Bunte Bilder sind zu sehen. Ein Auto jagt durch eine virtuelle Straße. Die Szene wechselt. Jetzt ist der Papa mit dabei. Das Kind auf dem Schoß, wird zusammen eine Porträtaufnahme – ein so genanntes Selfie – mit dem mobilen Gerät gemacht. Das Kind gluckst – und greift instinktiv nach dem Handy. Sequenzen wie diese sind es, die die Siegener Universitätsprofessorin Dr. Jutta Wiesemann und ihr Team in der Langzeitstudie „Frühe Kindheit und Smartphone. Familiäre Interaktionsordnung, Lernprozesse und Kooperation“ untersuchen. Erste Ergebnisse wurden beim „Siegener Forum Gesundheit“, organisiert von der Selbsthilfekontaktstelle der Diakonie in Südwestfalen, im Ev. Jung-Stilling-Krankenhaus vorgestellt.

Die Gefahren und Risiken, die die Zeiten eines medialen Umbruchs mit sich bringen, ließ Prof. Dr. Wiesemann bewusst außen vor. „Wir müssen uns klar darüber sein, dass Smartphone und Tablet nicht mehr verschwinden werden. Also forschen wir am Ist-Zustand, wie sich die Nutzung auf das Eltern-Kind-Verhältnis auswirkt“, stellte die Wissenschaftlerin eingangs klar. 20 Familien werden dabei im Rahmen der Forschung begleitet, einige von ihnen

aus Siegen, weitere Probanden leben in Indien, Marokko oder Syrien. Über mindestens acht Jahre werden sie vom Universitätsteam gefilmt, interviewt und dabei beobachtet, wie das Smartphone in den Familienalltag integriert wird.

*„Wir müssen uns klar darüber sein, dass Smartphone und Tablet nicht mehr verschwinden werden.“*

„Wir sehen dabei die neue Technik nicht als Bedrohung an, sondern erforschen, wie sich der Zugang zur Welt durch das Medium verändert“, erklärte Prof. Dr. Wiesemann.

Es sei nichts Neues, dass moderne Medien als „gefährlich“ eingestuft würden. Um diese These zu stützen, ging die Wissenschaftlerin viele Jahrhunderte in der Geschichte zurück. Als der Buchdruck entstand, wurde das Lesen zunächst als „verderblich für Frauen und Kinder“ eingeschätzt. Die gesundheitlichen Schäden, so einige Experten der damaligen Zeit, seien mit denen des Opiums vergleichbar. Um das Jahr 1780 wurden Stimmen laut, dass durch das Lesen die „körperliche Ertüchtigung“ vernachlässigt wird. Auch heutzutage

Wie wirkt sich das Smartphone auf das Eltern-Kind-Verhältnis aus? Dieser Frage ging Prof. Dr. Jutta Wiesemann beim „Forum Gesundheit“ im Diakonie Klinikum Jung-Stilling nach.



Prof. Dr. Jutta Wiesemann

werde kritisiert, dass Kinder und Jugendliche zu viel Zeit in der virtuellen Welt verbringen anstatt im Freien zu spielen. „Das Smartphone macht uns Angst, da es nichts mit unserem harmonischen Kinderbild zu tun hat“, so Prof. Dr. Wiesemann. Aber: „Ein Kind, das sich bewegen will, tut das auch. Ob mit Smartphone oder nicht.“ Die Eltern seien in der Pflicht: Wie gehe ich selbst mit dem Gerät um? Welche medialen Regeln setze ich in der Familie? Diese Fragen gelte es gemeinsam mit den Kindern zu beantworten. Wichtig, so Prof. Dr. Wiesemann, sei es, das Smartphone als Bestandteil der Welt der Kinder zu sehen: „Wir nehmen ansonsten die neuen Lebensumstände nicht ernst.“

Der „völlig andere Blickwinkel“ kam bei den Zuhörern gut an. Dennoch wurden auch Ängste laut: „Viele Kinder werden einfach am Smartphone ‚geparkt‘ und sehen darauf Dinge, die nicht für Kinderaugen bestimmt sind“, so eine Teilnehmerin. „Extremsituationen gibt es leider immer wieder“, so Prof. Dr. Wiesemann. Das sei allerdings auch schon in den 1980er-Jahren großes Thema gewesen. Damals, als das Privat-Fernsehen auf den Markt drängte – und bis heute blieb.

Stefanie Goß

© LUCHFRIED STUDIOS – stock.adobe.com



## Gesund, sauber und informativ Der Mensch im Mittelpunkt

**Messe** Informationen, gesunde Getränke und eine Hygiene-Höhle: Die Diakonie in Südwestfalen hat sich samt Tochtergesellschaften an zwei Tagen auf der Messe „Mittelpunkt Mensch – Pflege, Erziehung und Familienhilfe“ präsentiert. Rund 1500 Gäste lockte es in die Siegerlandhalle.

*Gute Gespräche, tolle Aktionen und  
leckere Smhhmmoothies!*



Zelte, Flaggen, Banner, farbiges Licht und eine einladende Atmosphäre machten im Foyer zum Hüttensaal der Siegerlandhalle auf den lila-blauen Messestand der Diakonie in Südwestfalen aufmerksam. Auf der 18 Quadratmeter großen Fläche, die inhaltlich in die Bereiche Information und Beratung, Smoothie-Bar und Hygienezelt aufgeteilt war, nahmen Diakonie-Mitarbeiter unterschiedlicher Tochtergesellschaften die Besucher in Empfang. Gesundheit, Pflege, Soziales und Beruf standen an den beiden Tagen thematisch im Fokus.

Im Informationsbereich erwartete die Besucher schließlich ein bunter Strauß an Beratung. Ob häusliche, teilstationäre oder stationäre Pflege, Reha, Freiwilligendienste, Gesundheit am Arbeitsplatz, Medizinische Versorgungszentren, Hausnotruf, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Selbsthilfe oder Wohnungslosenhilfe – unterschiedlich waren die Themen, über die hunderte Interessierte mit den Mitarbeitern ins Gespräch kamen. Als Ansprechpartner stand Personal aus dem Diakonie Klinikum, den Ambulanzen Diakonischen Diensten, der Diakonischen Altenhilfe Siegerland, der Personalabteilung und den Medizinischen Versorgungszentren bereit. Während sich manche über Pflegedienst-Angebote für ihre Angehörigen informierten oder sich insgesamt über das Unternehmen schlau machten, brachten andere



Am Messestand der Diakonie in Südwestfalen war immer was los. Keine Fragen blieben unbeantwortet.

konkrete Fragen mit. Welche Möglichkeiten haben Quereinsteiger im Pflegeberuf? Welche Ansprüche hat mein Vater im Pflegegrad drei? Was erwartet mich bei einem Freiwilligen Sozialen

*„Der Aufwand hat sich gelohnt. Das Unternehmen wurde bestens präsentiert.“*

**Stefan Nitz**  
Pressesprecher

Jahr im Krankenhaus? Fachkompetent und ausführlich ging das Messe-Team auf die Anliegen ein. Allgemeine Einblicke in das Leistungsspektrum der Dia-

konie in Südwestfalen verschafften sich die Besucher auch mit einem Blick auf verschiedene Kurzfilme.

Groß war das Interesse vor allem bei den jungen Gästen an einer Pflegeausbildung. Wie Theorie und Praxis miteinander verknüpft sind und was sich im kommenden Jahr ändert, erfuhren sie von Mitarbeitern der stationären und häuslichen Pflege. Denn ab Januar 2020 gibt es eine neue Form der Ausbildung, in der die Alten-, Kranken- und Kinderkrankenpflege verbunden werden. Erfolgreich abgeschlossen nennen sich die Absolventen dann Pflegefachfrau oder Pflegefachmann. Detailliert über die Reform informierte Frank Fehlauer, Schulleiter des Pflegebildungszentrums der Diakonie in Südwestfalen, bei einem Vortrag im Spandauer Saal. Institutionsübergreifend ausgebildet können die Examinierten in verschiedenen Arbeitsbereichen tätig werden. Zudem können sie sich laut Fehlauer besser weiterentwickeln und beispielsweise mit zweijähriger Berufserfahrung nach der Ausbildung ein Studium im Pflege- und Gesundheitsmanagement antreten.

Neben informativen Möglichkeiten war die Smoothie-Bar am Messestand ein besonderer Hingucker. Optisch mit einem bunten Obst-Korb, einer Theke und Getränke-Tafel hergerichtet, ging es in diesem Bereich lecker und gesund zu. Den Besuchern schmeckten die Püreesäfte, die Sabine Schmidt, Ernährungsberaterin im Diakonie Klinikum Jung-Stilling, aus frischen Früchten vor-

Ort zubereitete. Ob ein Mix aus Banane, Erdbeere und Apfel, Mango, Wassermelone und Birne oder Kiwi mit Traube – die Gäste wählten je nach Belieben und freuten sich über die fruchtige Erfrischung. Ferner informierte Sabine Schmidt, wie die Gesundheit mit einem vermehrten Verzehr von Gemüse und Obst gefördert werden kann. Dazu gab sie den Gästen Infokärtchen an die Hand, ergänzt mit einem Smoothie-Rezept für die heimische Küche.

Nach einer vitaminreichen Stärkung ging es in die „Geisterhöhle“. Das Hygiene-Team im Diakonie Klinikum nahm die Gäste mit in ein zwei Meter hohes, mit UV-Schwarzlicht ausgestattetes Zelt. Dort schauten sie sich an, wo auf Kleidung, Schuhen und Haut Krankheitserreger lauern. Die Besucher waren überrascht, was nach beispielsweise einem einfachen Händeschütteln auf der Haut haften bleiben kann. Zudem informierten die Fachleute rund um den hygienebeauftragten Arzt Thomas El Ansari über richtige Händehygiene. Mit einem Desinfektionsmittel für zu Hause verabschiedeten sie ihre Gäste.

Verbunden mit einem herzlichen Dank an die Helferinnen und Helfer aus der DiS und ihren Tochtergesellschaften, zog Pressesprecher Stefan Nitz ein positives Fazit: „Der Aufwand hat sich gelohnt. Das Unternehmen wurde bestens präsentiert.“ **Blazenska Sokolova**



Für so manche Aha-Momente bei den Besuchern sorgte die „Hygiene-Geisterhöhle“ mit genauem Blick auf potenzielle Krankheitserreger.



Ernährungsberaterin Sabine Schmidt verwöhnte die Gäste mit leckeren Smoothies und hielt überdies einige Tipps zur gesunden Ernährung bereit.



Ein Bild, das Freude ausstrahlt: Zufriedene Besucher gab es am Messestand der Diakonie in Südwestfalen in der Siegerlandhalle glücklicherweise viele.



Pflegeausbildung im Wandel: Was sich ab Januar 2020 ändert, verdeutlichte Schulleiter Frank Fehlauer bei einem Vortrag.

**CHRONIK 25**  
Das Pflegeberufegesetz  
Pflegefachfrau,  
Pflegefachmann  
– Berufe fürs Leben –  
Pflegebildungszentrum  
im  
Diakonie Klinikum Jung-Stilling  
FRZ

# AUFLÖSUNG DER RÄTSEL

## Bilderrätsel



## Knobelfragen

- 1 Durch das Entladen wurde der Laster leichter und die Federn sind nicht mehr so stark zusammengedrückt wie vorher. Um den Laster rauszufahren, muss er ihn wieder beladen.
- 2 Der Atem.
- 3 Fiete muss keine Stufe hoch gehen, weil das Schiff ja mit steigt.
- 4 Melanie setzt die Spaghetti auf und lässt beide Sanduhren gleichzeitig laufen. Wenn die 3-Minuten-Sanduhr durchgelaufen ist, dreht sie sie um. Nach vier Minuten, wenn die 4-Minuten-Sanduhr fertig ist, dreht sie die 3-Minuten-Sanduhr noch einmal um und hat so noch die letzte Minute. Insgesamt hat sie die Spaghetti dann 5 Minuten gekocht.
- 5 Er hat ein englisches Auto (Lenkrad rechts).

## Kreuzwörterrätsel

■■■■K■■■S■■E■■I■■■■V■■  
 MAULTASCHENROESTEN  
 PFERSTAUNTRMOORE  
 FABRIKATOEILIGH  
 INDIOBTBRIGGNPOE  
 AKHILUMESEIFEN  
 GRAFIKDORDINAER  
 EILOEDLEENZIM  
 LOBERHALBGBLEI  
 CHLORKEABFLORETT  
 REEDERMGALLEOAC  
 NNGRIGIDIAKTH  
 NKOMETGSCHLAEUE  
 PATINIISAATABTSL  
 LLANDENKENEGEL  
 GEBIETDDTLPRIOR  
 DRACHEIGETANTM  
 TWENLAMMANGBETA  
 AMFEINEGBODYIL  
 RESETINVALIDITAE  
 DREHASTIIREESRA  
 FRUEHLINGSGEFUEHLE

1	8	6	3	5	9	4	2	7
2	5	4	7	8	1	3	6	9
9	7	3	2	6	4	1	8	5
5	1	2	6	4	7	8	9	3
4	3	9	1	2	8	7	5	6
7	6	8	9	3	5	2	1	4
6	2	7	8	9	3	5	4	1
8	4	1	5	7	6	9	3	2
3	9	5	4	1	2	6	7	8

Normal

1	7	6	3	8	2	5	4	9
2	9	3	5	4	6	7	1	8
5	8	4	7	9	1	6	3	2
7	4	5	9	2	3	1	8	6
3	6	8	4	1	7	9	2	5
9	1	2	6	5	8	3	7	4
6	2	1	8	3	9	4	5	7
8	5	7	1	6	4	2	9	3
4	3	9	2	7	5	8	6	1

Schwierig

## Sudoku

## Einfach tierisch

Im Juni beginnt die Zeit der Tettigonia viridissima. Denn so heißt das Insekt, das es sich auf dem Hosenbein unseres IT-Mitarbeiters Georg Bündenbender gemütlich machte. Wir kennen das vier Zentimeter große Tier freilich besser unter dem Namen Großes Heupferd oder auch Grüne Laubheuschrecke. Die Art ist in unseren Breiten stark präsent.



„DIAS.komm“ Mit einem neuen Quartiersprojekt am Fischbacherberg setzt die Diakonie in Südwestfalen erneut auf Beratungs- und Begegnungsangebote.

# Auf digitalem Wege raus aus der Arbeitslosigkeit

Mirjam M. hat es auf dem Arbeitsmarkt nicht leicht. Nach zweijähriger Elternzeit blieb die gelernte Verkäuferin noch weitere drei Jahre zu Hause, um die kranke Mutter zu pflegen. Nun erscheint ihr die immer mehr digitalisierte Jobsuche als ein Buch mit sieben Siegeln. Schwierigkeiten damit hat auch Yasid F. Für ihn stellt nicht allein die deutsche Sprache eine große Hürde dar. Aus seinem Heimatland vertrieben, sieht er sich in seinem neuen Zuhause in Deutschland mit vielen interkulturellen Unterschieden konfrontiert. Menschen wie Mirjam und Yasid finden seit Anfang des Jahres Hilfe im Stadtteilbüro am Fischbacherberg in Siegen. Dort ging „DIAS.komm“ an den Start, eine Kooperation der Universitätsstadt Siegen mit der Diakonie in Südwestfalen und dem Heimat- und Verschönerungsverein Achenbach als Projektpartnern. Rückblick: Im Jahr 2015 startete am Fischbacherberg das Kooperations-

projekt „Arbeit, Beratung, Coaching“, kurz „ArBeCo“. Zentrales Ziel war es dabei, Langzeitarbeitslose in den Arbeitsmarkt zu integrieren. An „DIAS.komm“ arbeiten nun die gleichen Partner mit, lediglich der Heimatverein ist neu hinzugekommen. „Das neue Projekt hebt sich in vielerlei Hinsicht vom Vorläufer ab“, informiert Sabrina Bündenbender.



Digitale Wege aus der Arbeitslosigkeit zeigt das „DIAS.komm“-Team auf (von links): Isabel Weber, Sabrina Bündenbender, Adrian Stötzel sowie (nicht im Bild) Bettina Klein.

lebt eben stark nach dem Kalender“, erläutert die Beraterin lachend. Dies könne man in anderen Ländern nicht. Ebenso wenig wie Abgaben zur Sozialversicherung. „Das muss man den Menschen erst einmal genau erklären.“ „DIAS.komm“ hat allerdings auch Angebote für Jobsuchende, die nach der „Familienzeit“ – egal ob nach der Betreuung der Kinder oder pflegebedürftiger Angehöriger – wieder beruflich Fuß fassen möchten. Auch Langzeitarbeitslosen soll am Fischbacherberg geholfen werden. Dazu bietet etwa der Heimatverein Qualifizierungsmaßnahmen an. Hinein schnuppern können Interessierte in die Bereiche Handel und Gastronomie. Der Verein betreibt Kleiderläden und ein Restaurant, in denen sich „DIAS.komm“-Klienten einbringen können. Zudem soll im Stadtteilbüro eine Begegnungsstätte entstehen. Die Räume sind angemietet, bald startet der Umbau. Bereit stehen sollen hier nicht allein gemütliche Möbel und eine Kaffeemaschine: „Wir versorgen die Klienten auch mit der nötigen Hardware, sprich Tablets und einem Computer mit Internetzugang, um den modernen Bewerbungsanforderungen gerecht zu werden“, so Sabrina Bündenbender. Die Eröffnung der Begegnungsstätte ist im Sommer geplant. Ferner stehen die Diakonie-Mitarbeiter für alle Fragen rund um die Jobsuche zur Verfügung, genau wie beim Vorgänger „ArBeCo“. 215 Klienten profitierten von diesem, im Dezember 2018 abgeschlossenen, Projekt. 50 Frauen und Männer konnten in sozialversicherungspflichtige Tätigkeiten vermittelt werden.

„Digitale Inklusion und Arbeit in Siegen – kommen Sie vorbei!“. Dafür steht „DIAS.komm“. Das Projekt wird mit EU-Geldern gefördert und wurde vom Bundesinnenministerium initiiert. Neben den drei Projektpartnern wirken auch das Jobcenter, das Quartiersmanagement, die Migrationsberatung, das Katholische Jugendwerk „Förderband“, der Verein für Soziale Arbeit und Kultur, die Stadtteilbüros und der „Integration Point“ mit.

Mit ihr im Projektteam der Diakonie in Südwestfalen sind Adrian Stötzel, Isabel Weber und Bettina Klein. Sie sind im Stadtteilbüro für die Klienten da. 300 Menschen, so die Zielsetzung, sollen in den kommenden vier Jahren von „DIAS.komm“ profitieren. Unterschiedliche Zielgruppen erhalten hier Hilfestellung. „Im Fokus stehen die Neuzugewanderten, die viele ungeschriebene Regeln, die es in Deutschland gibt, nicht verstehen“, sagt Bündenbender. Dazu gehören etwa das weite Planen im Voraus, wie etwa Urlaube: „Der Deutsche an sich



## Abschied von zwei Elseyer Gesellschaftern

### Diakonie in Südwestfalen würdigt Ruth Kreckel und Pfarrer Achim Dreessen

Mit herzlichen Worten des Dankes für ein über viele Jahre besonderes Engagement hat sich die Diakonie in Südwestfalen von zwei verdienten Gesellschaftern aus Hagen-Elsey verabschiedet. Ruth Kreckel zog sich nach 17 Jahren aus dem Gremium zurück. Pfarrer Achim Dreessen wechselte in eine Pfarrei nach Schwerte und musste deshalb sein Ehrenamt als DiS-Vertreter der Kirchengemeinde Elsey aufgeben. Im Namen des Unternehmens würdigten Verwaltungsratsvorsitzender Karl Fleschenberg und Geschäftsführer Dr. Josef Rosenbauer die Zusammenarbeit.

Mit der Übernahme des Krankenhauses gehörte Ruth Kreckel seit 2002 als Vertreterin der evangelischen Kirchengemeinde Elsey der Gesellschafterversammlung der Diakonie in Südwestfalen an. „Es war ein gutes Miteinander und hat mir immer Spaß gemacht“, sagt sie rückblickend und ergänzt: „Trotz schwieriger Entscheidungen.“ Eine der

schwierigsten Entscheidungen war, das kleine Elseyer Krankenhaus nach knapp anderthalb Jahrzehnten in seiner bisherigen Form zu schließen und in andere Hände zu übergeben. „Aber trotz aller Versuche, es anders zu gestalten, ging es nicht anders“, erinnert die Elseyerin, deren Vater einst 25 Jahre lang

Ärztlicher Leiter der Klinik war und die schon von Kindesbeinen an eine hohe Verbundenheit zu dem Haus hatte.

Pfarrer Achim Dreessen bestimmte die Geschicke der Diakonie in Südwestfalen als Mitglied der Gesellschafterversammlung seit 2008 mit. Naturgemäß lag auch ihm das Ev. Krankenhaus Elsey besonders am Herzen. Fleschenberg



Karl Fleschenberg (links) und Dr. Josef Rosenbauer (rechts) bedankten sich bei Ruth Kreckel und Pfarrer Achim Dreessen.

und Rosenbauer lobten mit Dreessen einen Mann, der sich stets voller Kraft eingebracht, um seine eigene Person aber nie Aufhebungs gemacht habe. „Dank Ihnen ist vielen Menschen in den Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen Gutes passiert – hier in Elsey, aber auch im Siegerland.“ Für seine neue Aufgabe in Schwerte wünschten sie ihm Glück und Gottes Segen. (niz)

## Seit 25 Jahren im Verwaltungsrat



Prof. Dr. Dr. Wolfgang Kirberger

Dank, Lob und Anerkennung für Professor Dr. Dr. Wolfgang Kirberger aus Siegen: Denn der Jurist ist bereits seit einem Vierteljahrhundert Mitglied im Verwaltungsrat der Diakonie in Südwestfalen. „Ich weiß, dass ich eine Weile dabei bin. Aber dass es 25 Jahre waren, war mir nicht bewusst“, so Kirberger. Seine erste Sitzung datiert auf den 22. Februar 1994. Damals hieß das Gremium noch Verwaltungsrat der Evangelischen Krankenhäuser im Siegerland gGmbH. Im Namen von Verwaltungsrat und Geschäftsführung dankte Vorsitzender Karl Fleschenberg „einem Menschen, der die großen Umbrüche der Zeit gestaltet“ habe: „Sie haben mit sehr großem Sachverstand Verantwortung übernommen, die Diakonie in Südwestfalen verdankt Ihnen viel.“ (niz)



Kollegen, Freunde und Weggefährten gaben Magdalena Korstian bei der Abschiedsfeier ihre guten Wünsche für den Ruhestand mit auf den Weg.

## Rückzug aus bewegtem Berufsleben

36 Jahre lang war Magdalena Korstian an Teil der Diakonie in Südwestfalen. Jetzt verabschiedete sich die stellvertretende Hauptabteilungsleiterin Personal in den Ruhestand. Magdalena Korstians Berufsleben war kurzweilig. Nach ihrer Lehrzeit als Industriekauffrau und Verkaufssachbearbeiterin wurde sie im April 1983 als Leiterin der stationären Leistungsabrechnung und als stv. EDV-Leiterin beim Ev.

Krankenhausverein Siegerland eingestellt. 1992 folgte der Wechsel in die Personalabteilung. Ihr Wissen zu erweitern, darauf legte die 64-Jährige stets Wert. Weiterbildungen absolvierte sie u.a. in den Bereichen Programmierer, EDV-Organisator und Personalfachkauffrau. Offiziell verabschiedet wurde Magdalena Korstian mit Worten des Dankes in einer Sitzung der Geschäftsführer. (sg)

## Klinikum dankt Professor Hell

### Feierstunde für scheidenden Chefarzt der MKG

16 Jahre Chefarzt der MKG, acht Jahre Ärztlicher Direktor im „Stilling“, bundesweit einer der besten seiner Zunft und auch international ein gefragter Experte: Professor Dr. Dr. Berthold Hell hinterlässt große Fußspuren. In einer Feierstunde wurde der 64-Jährige von Kollegen, Mitarbeitern, Geschäftsführung und Pflegedirektion in den verdienten Ruhestand verabschiedet.

„Ihnen ist es gelungen, stationäre und ambulante Diagnostik und Therapien zusammenzuführen“, dankte Geschäftsführer Hubert Becher. Mit hoch seltenen und neuartigen OP-Verfahren habe er überdies Leuchtturmprojekte und Weltpremieren realisiert. Auch hob Becher Hells Kontakte nach Japan hervor, die sich 2015 zu einer Kooperation mit einer Medizinischen Fakultät der Universität Hokkaido entwickelten.



Das Diakonie Klinikum verabschiedete sich von einem großartigen Arzt (von links): Hubert Becher, Berthold Hell und Ehefrau Claudia Lale, Dr. Peter Weib und Sascha Frank.

Ärztlicher Direktor Peter Weib war voll des Lobes für einen Kollegen, der sich seine kindliche Freude am Beruf stets bewahrt habe und in vielerlei Hinsicht positiv besessen sei – von Fleiß, Belastbarkeit, Offenheit und Neugierde ebenso wie von Demut und Bescheidenheit. Weib attestierte dem Mann, der 1955 im Saarland zur Welt kam, in Berlin habilitierte und an der Charité eine Lehrtätig-

keit inne hat, eine Karriere wie im Bilderbuch. Pflegedirektor Sascha Frank hob seine nach Lösungen orientierte Zusammenarbeit und Empathie hervor. „Schön, fordernd und erfolgreich“, fasste Berthold Hell sein Berufsleben kompakt zusammen. Oberste Prämisse sei für ihn stets gewesen, alle Patienten zu versorgen und niemanden, der Schmerzen hat, abzuweisen. (niz)

## Jutta Aulmann geht nach 48 Jahren in den Ruhestand

### Pflegedienstleiterin blickt auf eine intensive Zeit zurück – Dank, Respekt und Anerkennung

Knapp vor ihrem „goldenen Dienstjubiläum“ hat sich Jutta Aulmann in den Ruhestand verabschiedet. 48 Jahre war sie im und rund ums Diakonie Klinikum Jung-Stilling in Siegen im Einsatz, die vergangenen 18 Jahre als Pflegedienstleiterin. Diesen Stab gibt sie nun weiter an Frank Grümbel, der seit 25 Jahren in dem Krankenhaus beschäftigt ist und davon drei Jahre an der Seite von Jutta Aulmann tätig war. Geschäftsführer,

Verwaltungsleiter, Pflegedirektor, Ärzte und Pflegekräfte gaben Jutta Aulmann bei der feierlichen Verabschiedung die besten Wünsche mit auf den Weg. Und die frischgebackene Ruheständlerin hielt noch einige Tipps für ihren Nachfolger bereit. Für die Zukunft wünschte sie ihrem ehemaligen Schüler, „Pflegekräfte, die Pflege professionell denken, ausführen und verantwortlich voranbringen; in der konstruktiven

Zusammenarbeit mit allen beteiligten Professionen. Und dazu noch einen Klinikraum, in dem professionelles und respektvolles Miteinander entsteht“.

Jutta Aulmann begann ihre Ausbildung als Krankenschwester 1971 im heutigen Pflegebildungszentrum der Diakonie in Südwestfalen. Nach dem Examen im Jahr 1974 wurde sie im Krankenhaus angestellt. Es folgten eine Weiterbildung zur Fachkrankenschwester für Anästhesiologie und Intensivpflege sowie die Weiterbildung zur Leitung einer Station und Abteilung. 1978 führte Jutta Aulmann die Intensivstation, bis sie 1980 Unterrichtsassistentin in der Krankenpflegeschule wurde. In dieser Position verblieb sie bis 1984 und arbeitete anschließend 14 Jahre als Lehrerin für Pflegeberufe. 1998 kehrte sie schließlich als Bereichsleiterin in der Pflege ins benachbarte Diakonie Klinikum Jung-Stilling zurück. 2001 trat sie schlussendlich die Funktion als Pflegedienstleiterin an. (sok)



Ein würdevoller Abschied: Jutta Aulmann blickt auf 48 Dienstjahre im Diakonie Klinikum Jung-Stilling zurück, von denen sie zuletzt 18 Jahre als Pflegedienstleiterin tätig war.





# Zwei neue Heimleiter starten Dienst in Siegen und Wilnsdorf



Bei der Feier in Wilnsdorf übergab Willi Quast (2. von rechts) den symbolischen Schlüssel an Karl-Heinz Trapp. Pfarrer Jörn Contag und Bernd Spornhauer gratulierten.

**M**artina Schlemper und Karl-Heinz Trapp sind in der Diakonischen Altenhilfe Siegerland nicht unbekannt. Schlemper war zuvor Pflegedienstleiterin im Sophienheim in Siegen-Bürbach, Trapp hatte den gleichen Posten im Haus Höhwaldchen inne. Beide freuen sich jetzt auf neue Herausforderungen und möchten die Häuser so weiter führen, dass sich pflegebedürftige Menschen sicher, behütet und verstanden fühlen – Werte, die auch Willi Quast als vorherigem Leiter beider Einrichtungen stets wichtig waren. Dieser wurde nach 18 Jahren Dienst in der Diakonischen Altenhilfe Siegerland in den Ruhestand verabschiedet. Mit Danksagungen und Musik würdigten Geschäftsführer, Mitarbeiter und Bewohner seine Doppelfunktion.

In Grußworten erhielt Quast nicht nur Lob für seine Führungsqualitäten, sondern auch Anerkennung für seine stets menschenfreundliche, ruhige und liebevolle Art. Pfarrer Jörn Contag, theologischer Geschäftsführer der Diakonie in Südwestfalen, rückte zudem das Engagement sowie die künstlerische Ader Quasts in den Fokus: „Herr Quast malt leidenschaftlich gerne. Seine Bilder schmücken die Wände in den Häusern, die er leitete. Ich freue mich, dass die

Werke dort bleiben und somit auch Tag für Tag ein Teil von Ihnen in den Einrichtungen bleibt.“ Bernd Spornhauer, Geschäftsführer der Diakonischen Altenhilfe Siegerland, drückte seine Freude darüber aus, wie viel Herzblut Quast in die Entwicklung der Häuser steckte und wie gut die Zusammenarbeit von Beginn an funktionierte.

Bevor Willi Quast im Jahr 2002 die Leitung im Haus Höhwaldchen übernahm, war er dort ein Jahr als Pflegedienstleiter tätig. 2005 trug er maßgeblich dazu bei, ein Qualitätsmanagement aufzubauen. Auf Grundlage der damaligen Anforderungen erstellte er Konzepte, die in der gesamten Diakonischen Altenhilfe Siegerland übernommen wurden. Ab 2007 leitete er zusätzlich das

**Neubesetzung** Mit Martina Schlemper für das Haus Obere Hengsbach in Siegen und Karl-Heinz Trapp für das Haus Höhwaldchen in Wilnsdorf haben zwei neue Heimleiter ihren Dienst angetreten. Beide bringen mehr als 30 Jahre Berufserfahrung in der stationären Altenhilfe mit und folgen auf Willi Quast, der beide Häuser führte. Nach 18 Jahren verabschiedete er sich in den Ruhestand.

Haus Obere Hengsbach in Siegen und war verantwortlich für das Wohl von insgesamt 170 Bewohnern. „Die Leitung zweier Häuser war zunächst eine Übergangslösung. Ich bin froh, dass Herr Quast sich dazu bereit erklärte, die Doppelfunktion auf Dauer auszuüben“, sagte Spornhauer. Auch die Wilnsdorfer Bürgermeisterin Christa Schuppeler kam zur Abschiedsfeier und stellte Einsätze Quasts in den Mittelpunkt, die über seine beruflichen Tätigkeiten hinaus gingen: „Engagiert machte er sich für die Gemeinde stark.“ So war er im Arbeitskreis „Leben und Wohnen im Alter“ aktiv und daran beteiligt, Museumsführungen für an Demenz erkrankte Menschen in Wilnsdorf, Siegen und Freudenberg ins Leben zu rufen. Aufgrund seiner Leidenschaft für Kunst



Künstlerin Conny Klement erstellte bei der Abschiedsfeier mit Sand und wenigen Handbewegungen kleine Gemälde.

## Die neuen Einrichtungsleiter



**Martina Schlemper**

Haus Obere Hengsbach



**Karl-Heinz Trapp**

Haus Höhwaldchen

luden die Mitarbeiter als Abschiedsgeschenk die Sandmalerin Conny Klement ein. Mit Sand und wenigen Handbewegungen erstellte sie auf einer beleuchteten Glasplatte kleine Gemälde, die per Kamera und Beamer auf eine Wand projiziert wurden. Die Kinder der Ev. Kita „Kinder(t)räume“ in Siegen begeisterten mit einem Sternenfänger-Tanz.

Willi Quast blickte zufrieden zurück: „Ich freue mich, dass ich während meiner Arbeit stets tatkräftige Menschen an meiner Seite hatte. Danke für viele schöne Erinnerungen.“ Neben der Geschäftsführung und den Mitarbeitern dankte er außerdem Kooperationspartnern, Ehrenamtlichen und seiner Familie, die ihm jederzeit den Rücken stärkte. Seinen Nachfolgern gab Quast mit auf den Weg, die Bewohner und Angestellten in einen besonderen Fokus zu setzen und sie wertzuschätzen.

Der Ruheständler freut sich nun auf ein intensiveres Privatleben mit mehr Zeit für seine Familie. Die Pflegedienstleitung im Haus Höhwaldchen übernimmt zunächst Karl-Heinz Trapp, im Haus Obere Hengsbach ist in dieser Position Rita Hensel weiterhin tätig.

Blazenka Sokolova

## Im Einsatz in Sachen Toleranz Demokratiekonferenz der Diakonie in Südwestfalen

Toleranz, Demokratie und Wahrung der Menschenrechte: Für diese Attribute setzt sich das Bundesprogramm „Demokratie leben! Aktiv gegen Rechtsextremismus, Gewalt und Fremdenfeindlichkeit“ des Bundesfamilienministeriums ein. Daran beteiligt sich auch die Diakonie in Südwestfalen. Gemeinsam mit der Universitätsstadt Siegen lud das Unternehmen zur Demokratiekonferenz. Einer der Referenten war dabei Stephan Klenzmann. Der Mitbegründer der Initiative „Siegen Nazifrei“ umriss die „Rechtsradikale Szene im Siegerland von 1990 bis heute“ und stellte dabei klar heraus: „Wehret den Anfängen – für diesen Slogan ist es bei uns schon viel zu spät.“ Als jüngstes Beispiel nannte Klenzmann den 2016 erfolgten Brandanschlag auf eine Wilnsdorfer Flüchtlingsunterkunft.

Welche rechtsextremen Dynamiken in der Gesellschaft zu finden sind, stellte Dr. Johannes Kiess (Uni Siegen) heraus.

Er ist Mitarbeiter der alle zwei Jahre erscheinenden Leipziger Autoritarismus-Studie. Anhand von repräsentativ geführten Interviews in ganz Deutschland werden die rechtsextremen Tendenzen der Bevölkerung erfasst. 2018 nahmen rund 2400 Freiwillige an der Studie teil. Auffallend: „Es scheint, als würde in der Gesellschaft zwischen guten und schlechten Ausländern unterschieden. Die Abneigung gegen bestimmte Gruppen, wie etwa Sinti und Roma oder auch Muslime, nimmt immer weiter zu“, schlüsselte Kiess auf.

Wie „Demokratie im Alltag“ funktionieren kann: Dieser Impuls von Andrea Dittmann, Vorstandsvorsitzende der gleichnamigen Hoppmann-Stiftung, ging den Vorträgen voraus. Mit dem Erfahrungsfeld „Schön und Gut“ unterstützt ihre Organisation den Freizeitpark am Fischbacherberg, „um benachteiligten Kindern und Jugendlichen etwas zu geben, das wertvoll ist“. (sg)

## Sonnenschutz ist kinderleicht

265 000 Menschen erkranken jährlich in Deutschland an Hautkrebs. Dabei gibt es ein paar ganz einfache Tipps, wie man sich vor der UV-Strahlung schützen kann. Welche das sind, lernten die Mädchen und Jungen aus dem Siegener Kindergarten „Rappelkiste“. Sie bekamen Besuch von Dr. Caterina Kostic (MVZ Siegen, Praxis Kreuztal). Beim „Sun Pass – gesunder Sonnenspaß für Kinder“ arbeitet die Medizinerin mit der Europäischen Hautkrebsstiftung zusammen. Organisiert wird die Kampagne vom Berufsverband der deutschen Dermatologen sowie den Landeskrebsgesellschaften.

„Meiden, kleiden, cremen – das ist die Devise für den Sommer“, zeigte Dr. Kostic auf. Denn es gelte, Sonnenbrände in der Kindheit zu vermeiden. „Diese treiben das Hautkrebsrisiko in die Höhe“, so die Ärztin. Sie empfahl, im eigenen Garten oder auch in der Kinder-



Gut behütet geht es mit Hilfe von Hautärztin Dr. Caterina Kostic in die Saisonsaison.

tagesstätte, Schattenplätze zu schaffen, beispielsweise mit Sonnensegeln. Doch gerade in der Mittagszeit nutze auch das Eincremen nicht: „Kinderhaut ist einfach empfindlich.“ Den besten Schutz bilde deshalb auch „angemessene Bekleidung“, wie langärmelige, luftige Pullover, Sonnenhut und CE-geprüfte Sonnenbrille. (sg)



# Seit vielen Jahren der Diakonie in Südwestfalen treu

**Jubilare** Sie sind unmittelbar für Hilfesuchende da oder sorgen für reibungslose Abläufe – und das teilweise über Jahrzehnte hinweg: Die Diakonie in Südwestfalen dankt und gratuliert herzlich den Mitarbeitern, die im zweiten Halbjahr ihr Dienstjubiläum feiern.



<b>Christiane Elsner</b>	Pflegedienstleitung	Diakonie Klinikum Bethesda
<b>Monika Frank</b>	Radiologieassistentin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Hartmut Michel</b>	Haustechniker	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Heike Mohr</b>	Küchenhelferin	Diakonie Klinikum Bethesda



<b>Iris Bender</b>	Apothekenhelferin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Birgit Böhning</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Ulrike-Monika Buchfellner</b>	Laborassistentin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Regina Diehl</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Bethesda
<b>Tanja Hermann</b>	Hebamme	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Nicole Liesegang</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Monika Osthoff</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Ibrahim Pasalic</b>	Krankenpfleger	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Maren Prior</b>	Radiologieassistentin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Winfried Roth</b>	Krankenpfleger	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Melanie Rühle</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Anna-Maria Schipper</b>	Altenpflegehelferin	Altenzentrum Freudenberg
<b>Maria Schneider</b>	Altenpflegerin	Fliedner-Heim
<b>Astrid Schönfeldt</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Bethesda
<b>Christiane Wahler</b>	Hebamme	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Heydar Yaghoubian</b>	Mitarbeiter OP-Dienst	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Martina Zöller</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Jung-Stilling



<b>Rüdiger Alzer</b>	Verwaltungsangestellter	Diakonie in Südwestfalen
<b>Hayet Ayari</b>	Raumpflegerin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Heike Behle</b>	Pflegehelferin	Haus Höhwäldchen
<b>Katja Buhl</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Thorsten Daub</b>	Ambulanzhelfer	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Anna Dizel</b>	Raumpflegerin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Fatma Ercan</b>	Arzthelferin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Christa Ermert</b>	Fahrerin	Mahlzeitendienst
<b>Sarah Feldmann</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Christina Fischer</b>	Altenpflegerin	Diakonie Klinikum Jung-Stilling
<b>Stephanie Freytag</b>	Krankenschwester	Diakonie Klinikum Bethesda
<b>Sonja Gabriel</b>	Pflegeassistentin	Tagestreff Diakonie Siegen
<b>Natalie Grannemann</b>	Altenpflegerin	Hülsemann-Haus
<b>Mareike Hagen</b>	Altenpflegerin	Fliedner-Heim

<b>Jennifer Halberstadt</b>	Altenpflegerin	
<b>Alexandra Heer</b>	Arzthelferin	
<b>Kerstin Heine</b>	Krankenschwester	
<b>Gisela Heitze</b>	Mitarbeiterin Hauswirtschaft	
<b>Daniela Herling</b>	Sozialpädagogin	
<b>Jürgen Herr</b>	Hausmeister	
<b>Stephanie Hof</b>	Krankenschwester	
<b>Bettina Hoffmann</b>	Hauswirtschaftsleiterin	
<b>Anja Hübenthal</b>	Pflegehelferin	
<b>Antiopi Ioannou-Fabian</b>	Fahrerin	
<b>Savina Kiefer</b>	Küchenhelferin	
<b>Julia Kornelsen</b>	Klinisches Hauspersonal	
<b>Nadine Krämer</b>	Altenpflegerin	
<b>Zorica Krpan</b>	Raumpflegerin	
<b>Christine Lichtenfels</b>	Raumpflegerin	
<b>Bettina Matuschewski</b>	Mitarbeiterin Hauswirtschaft	
<b>Ekaterina Meier</b>	Chirurgin	

<b>Karin Veronika Miller-Schaake</b>	Dermatologin	
<b>Ute Mockenhaupt</b>	Servicekraft	
<b>Birgit Moos</b>	Röntgenhilfin	
<b>Isabella Morciszek</b>	Küchenhelferin	
<b>Simone Müller</b>	Krankenschwester	
<b>Angelika Münker</b>	Mitarbeiterin Hauswirtschaft	
<b>Mariola Agnieszka Passon-Bryla</b>		
<b>Angelika Quast</b>	Pflegehelferin	
<b>Bianca Reichhardt</b>	Mitarbeiterin OP-Dienst	
<b>Britta Rothenpieler</b>	Krankenschwester	
<b>Sylvia Safran</b>	Schreibkraft	
<b>Uwe Sandkamp</b>	Mitarbeiterin Hauswirtschaft	
<b>Ulrike Sauer</b>	Betreuungshelfer	
<b>Helena Schlickau</b>	Telefonistin	
<b>Tobias Schmechel</b>	Altenpflegerin	
<b>Erika Schneider</b>	Betreuungshelfer	
<b>Heike Schulze</b>	Servicekraft	
<b>Sifet Sirokanovic</b>	Mitarbeiterin Hauswirtschaft	
<b>Hannelore Solbach</b>	Altenpflegerin	
<b>Sibylle Sting</b>	Klinisches Hauspersonal	
<b>Sonja Trubarac</b>	Arzthelferin	
<b>Viola Weller</b>	Arzthelferin	
<b>Christina Willms</b>	Fahrerin	
<b>Lisa Zelmer</b>	Arzthelferin	
<b>Sabrina Ziewitz</b>	Physiotherapeutin	
	Arztsekretärin	

Altenzentrum Freudenberg
Diakonie Klinikum Jung-Stilling
August-Hermann-Francke-Haus
Tagesaufenthalt
Pflegekinderdienst
Haus Klotzbach
DiakonieStation Siegen-West
Haus Euelsbruch
Altenzentrum Freudenberg
Hülsemann-Haus
Diakonie Klinikum Jung-Stilling
Diakonie Klinikum Bethesda
Haus Höhwäldchen
Ev. Hospiz Siegerland
Haus Obere Hengsbach
Ökumenische Sozialstation
Diakonie Klinikum Bethesda

MVZ Jung-Stilling
Diakonie Klinikum Jung-Stilling
Diakonie Klinikum Jung-Stilling
Altenzentrum Freudenberg
Fliedner-Heim
Haus Euelsbruch

Hülsemann-Haus
Diakonie Klinikum Bethesda
DiakonieStation Weidenau
Diakonie Klinikum Jung-Stilling
DiakonieStation Wilnsdorf
Hülsemann-Haus
Diakonie Klinikum Bethesda
DiakonieStation Siegen-Mitte
Bodelschwingh-Haus
Diakonie Klinikum Jung-Stilling
Mops-Mobil
Hülsemann-Haus
Diakonie Klinikum Bethesda
Onkologisches Therapiezentrum
MVZ Jung-Stilling
Ökumenische Sozialstation
MVZ Jung-Stilling
ARZ Siegen
Diakonie Klinikum Jung-Stilling

*Wir freuen uns auf weiterhin gute Zusammenarbeit.*

Quelle: Personalabteilung

*Herzlichen Glückwunsch*

# *Wir bleiben auf Kurs. Für Menschen wie Sie.*

*Ihre Diakonie in Südwestfalen.*



**Diakonie**   
in Südwestfalen

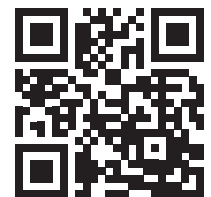
Herausgeber:  
Diakonie in Südwestfalen gGmbH  
Wichernstraße 40 | 57074 Siegen  
Referat Presse, Kommunikation & Marketing

© 2019 – Alle Rechte vorbehalten.

**DiS** Kurs

**DiSkurs.** Das Unternehmensmagazin  
4. Ausgabe Mai 2019

Dieses Produkt ist kostenlos erhältlich in allen  
Einrichtungen der Diakonie in Südwestfalen  
sowie als ePaper im Netz unter:



[www.diakonie-sw.de](http://www.diakonie-sw.de)